

کتابی مفید برای تربیت اخلاقی کودکان در مدارس قرآنی، مکاتب و خانه ها



تعلیم الآداب

اولین قدم به طرف منزل



پسند فرموده:

ابومعاویہ مولانا محمد ایاز صاحب

تالیف:

داکتر ابو ثاقب شکیل احمد

مترجم:

فضل اللہ قاسمی



فهرست مضامین

شماره	مضامین	صفحه
	پیشگفتار	3
	صدای حق	4
	مقدمه	6
درس: 1	رشد و نمو جسمانی	
	آداب تمیز (پاک) کردن بدن	10
	آداب پاکیزگی (در مورد بیت الخلاء)	11
	آداب صحت	13
	آداب لباس پوشیدن	14
	آداب غذا خوردن	16
	آداب نوشیدن	17
	آداب سفره	18
	آداب خواب	19
	آداب ورزش و بازی کردن	21
درس: 2	نشوونمای ذهنی و تعلیمی	
	آداب رفتن به مدرسه	24
	آداب کتاب و بکسه	25
	آداب مطالعه	25
	آداب تفکر بزرگ در سنین جوانی	26
	آداب وقت	27

نشوونمای روحانی		درس: 3
29	آداب شادی (خوشی)	
30	آداب غم و غصه	
31	آداب عبادت	
32	آداب دعا	
33	ادب دوست داشتن دین و وطن	
نشوونما اخلاقی		درس: 4
35	احترام والدین	
36	آداب مجلس	
37	احترام اساتذہ	
38	آداب پرہیز از گناہ	
38	آداب مسجد	
39	آداب گفتگو	
نشوونما اجتماعی / فرهنگی		درس: 5
41	ادب استعمال تیلیفون	
42	ادب مصافحہ (سلام دادن)	
43	آداب دوستی	
44	آداب ملاقات	
45	استعمال انٹرنیٹ	
46	آداب راہ رفتن	

پیش گفتار

راز یگانه زندگی پُر از خوشی و مسرت را علماء ((ادب)) نشان میدهند، گفته می شود که ادب زیوری است که انسان را تار سیدن به قله های کمال همراهی میکند. در جامعه امروزی ما تعلیم مرحله وار از یک نسل به نسل دیگری منتقل می شود اما اکثر مردم با فقدان ادب دست و پنجه نرمی کنند؛ و برای جامعه مردمی تقدیم نمیشود که همراه تعلیم ادب نیز داشته باشند، زیرا مردم تربیت یافته روح یک جامعه صالح شده می توانند.

فرق انسان با حیوان این است که انسان لحاظ ادب و اخلاق را در نظر گرفته زندگی را به سر می برد. دوری از ادب باعث دوری از رحمت خداوندی شود، طوریکه ابلیس (شیطان) مرتکب بی ادبی شده و از رحمت خداوندی محروم شد و مستحق عذاب گردید.

خصوصاً باید مراقب بالا بردن معیار اخلاقی کودکان باشیم، پس در این مورد کردار مرکزی و مهم را مدارس، مکاتب اداء می نمایند که باید برای کودکان اخلاق و تربیه را در ساند ریس کنند و مشق عملی آن را برای شان بیاموزند، پس به همین منظور کتاب (تعلیم الآداب) را تحریر کردیم، تا معلم صاحبان درس های ادب را مرحله وار به شاگردان تدریس کنند تا یک نمونه بهترین اخلاقی جامعه اسلامی را شاهد باشیم. اللہ تعالی این کاوش را به درگاه خود قبول فرماید.

داکتر مولانا حشمت علی صانی

مدیر اجرائیہ (العلم ایجو کیشن سیسٹم)

صدای حق

خداوند متعال در قرآن کریم می فرماید: (يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا قُوا أَنفُسَكُمْ وَأَهْلِيكُمْ نَارًا) سورة التحريم، آیت ۶.

ترجمه: ای کسانی که ایمان آورده اید! خود و خانواده خود را از آن آتش نجات دهید.

در قرآن کریم امر ذکر شده: ”و خداوند شما امر کرده که جزء الله تعالی عبادت کسی دیگری را نکنید، و مطابق حکم قرآن کریم با والدین خود برخورد (رفقار- اخلاق) خوب داشته باشید، و در زندگی شما اگر یکی از آنان به پیری رسید پس در مقابل شان (آف) نیز نگوئید، و با ایشان به ادب صحبت کنید“.

در سورة الاحزاب در باره پیامبر صلی الله علیه و سلم گفته شده: ((لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ)).

ترجمه: حقیقت این است که (زندگی) پیامبر صلی الله علیه و آله و سلم یک نمونه کامل برای شماست.

((إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنفُسِهِمْ)) سورة الرعد

ترجمه: در حقیقت خداوند حالت یک قوم را تغییر نمی دهد مگر اینکه آنها حالت (شرایط زندگی) خود را تغییر دهند.

پیامبر صلی الله علیه و سلم می فرماید ((مَنْ أَحْيَا سُنَّتِي فَقَدْ أَحَبَّنِي وَمَنْ أَحَبَّنِي كَانَ مَعِي فِي الْجَنَّةِ)) سنن ترمذی.

ترجمه: هر کس که سنت مرا زنده کند (به آن عمل کند و سنت مرا در بین مردم رائج کرد) با من محبت کرد، و کسی که با من محبت کند در جنت با من خواهد بود.

پیامبر صلی الله علیه و سلم می فرماید: بهترین هدیه (تحفه) ای که پدر به اولاد می دهد تعلیم و تربیه خوب است.

در حدیث ذکر شده است: ((خَيْرُكُمْ خَيْرُكُمْ لِأَهْلِيهِ، وَ أْنَا خَيْرُكُمْ لِأَهْلِي)) سنن ابن ماجه

ترجمه: پیامبر صلی الله علیه و سلم می فرماید: بهترین شما کسی است که با خانواده خود رفتار (اخلاق) بهترین داشته باشد، و من برای خانواده خود بهترین شما هستم.

در ارشادات مبارکه فوق الذکر اهمیت تربیه و تعلیم اسلامی واضح شده است، و هدف ما ((سیرت سازی با امتیاز علمی)) است، به همین منظور اداره ((العلم ایجوکیشن سستم)) در همین جستجو است تا آن خصوصیات مطلوبی که باید متعلمین داشته باشند را شکل کتابی داده و داخل سیستم درسی کنند تا در زندگی شاگردان به شکل عملی از آن استفاده شود. ما کوشش ما را دوام داده شمارا نیز دعوت شرکت در این کار خیر می دهیم.

الداعی الی الخیر

یوسف ظفر - مدیر (العلم ایجوکیشن سستم)

مقدمه

والدین محترم! معمولاً دیده می شود که در جامعه ما به تعلیم دنیوی اهمیت بیشتر نسبت به تعلیم دینی داده می شود. اگر تعلیم دینی تدریس هم شود تا حد ناظره و چند دعا‌های که در زندگی روزمره خوانده می شود اما باید یاد آور شویم که دین و تعلیمات دینی ما خیلی ساحه وسیع را در بر میگیرد و احاطه آن فقط تا ناظره قرآن کریم منحصر نیست.

در حدیث مبارک ذکر شده که علم بالای هر مسلمان (مرد و زن) فرض است، و همچنان در جای دیگر رسول الله صلی الله علیه و سلم می فرماید: که علم میراث (گنج) گمشده مسلمان است هر جای که یافت آن را از خود کند (به دست بیاورد).

تا زمانی که مسلمانان به طور واقعی به قرآن و سنت عمل میکردند امامت جهان و جهانیان در دست شان بود زیرا قرآن و سنت منابع درست در راستای رهبری هستند، اما از زمانیکه اعیان (کفار) به این خزانه نایاب راه پیدا کردند و از این بحر بی پایان جواهرات به دست آوردند پس حال مسلمانان به همه ما آشکار و هویداست.

خداوند متعال زحمت کسی را ضائع نمی کند، این جهان دار العمل است، و خواه زحمت در موارد دنیا باشد یا آخرت کسی که زحمت کشید برکت و نتیجه را خواهد دید، و کسی که درخت را نخال کرد زیر سایه آن خواهد نشست.

والدین محترم! پیامبر صلی اللہ علیہ وسلم یکی از امتیازات شائز فرموده بودند که ایشان برای تکمیل آداب (اخلاق) خوب فرستاده شده اند. پس همواره با امتیاز علمی، امتیاز سیرت و عمل سازی اولین وظیفه معلمین و والدین و فرض مشترک همه ما و شماست.

پس بدون فهم قرآن، فهم حدیث، درس فقه، آداب زندگی اجتماعی و روحانی، همچنان نشو و نما جسمانی و عمل کامل به سنت های پیامبر صلی اللہ علیہ وسلم، سیرت سازی کودکان یک امر مشکل است.

والدین محترم و اساتذہ گرامی! در کتاب تحریر شده مایک طرز بهترین برای سیرت سازی شاگردان و کودکان در جهت های مختلف در نظر گرفته شده. در این کتاب کوشش شده که آداب اسلامی، اجتماعی، فردی و ثقافتی در روشنی قرآن و حدیث جمع آوری شود.

کتاب مذکور به تدریج و مرحله وار فصل در فصل نوشته شده و برای شاگردان مکتب و مدرسه یکسان مفیدی باشد زیرا این کتاب در سآوبه حیث مضمون تدریس می شود، در صنف به طور امتحان صنفی نیز تدریس می شود، در صورت سوالات و جوابات نیز به شاگردان یاد داده می شود، و در آخر به طور عملی نیز این کتاب را اطلاق کرده می توانیم.

امید داریم که این کتاب را بعد از مطالعه از سوی ادارات مکاتب و مدارس یک کتاب و فرصت خوب برای نظم و نسق شاگردان در مکتب و مدرسه یافته باشید، و کتاب مذکور سبب شده باشد که یک رابطه برادرانه را بین مردم جامعه و متعلمین مکتب و مدرسه تشکیل داده باشد.

در اخراج خداوند جل جلاله العجای کنیم که این زحمت ناچیز ما در راستای راهنمای شاگردان قبول فرماید و سبب پاداش های آخرت بگرداند.

برای بهتری این کتاب منتظر مشوره و تجاویز نیک شما هستیم.

تشکر از:

ابو ثاقب شکیل احمد (ماهر ارشد مضمون)

ماستری (فزیک)، ایم ای (مطالعات پاکستان)

برنده مدال طلای در ایم اید

ایم فل (تعلیم و تربیه - برنده مدال طلای)

دکتر (تعلیم و تربیه)

بتاریخ نیم ربیع الاول ۱۴۴۰ هجری بمطابق ۱۰ نومبر ۲۰۱۸ میلادی

رشد و نمو جسمانی

❖ (إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ وَيُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ) (سورة البقرة، آیت نمبر ۲۲۲)

ترجمہ: خداوند توبہ کاران و پاکیزگان را دوست می دارد.

(الطَّهَّورُ شَطْرُ الْإِيمَانِ) (سنن دارمی)

ترجمہ: طہارت (پاکی) جزا ایمان است. (الحمدیث)

(الْمُؤْمِنُ الْقَوِيُّ خَيْرٌ مِّنَ الْمُؤْمِنِ الضَّعِيفِ) (مسند ابی یعلیٰ الموصلی)

ترجمہ: مؤمن قوی (زور مند) بہتر از مؤمن ضعیف (کمزور) است.

جہاں تک کام چلتا ہو غذا سے

وہاں تک چاہیے پچنا دوا سے

جھپٹنا، پلٹنا پلٹ کر جھپٹنا

لہو گرم رکھنے کا ہے اک بہانہ

آداب تمیز (پاک) کردن بدن

1. به اندازه که پاک بودن و تمیز کردن لباس و صورت شما مهم است به همین ترتیب پاکی جسم شما نیز لازم بوده، همزمان پاکی بدن و لباس منعکس شخصیت شما می‌باشد، و در قلب‌های مردم در جامعه عزت و وقار شما را بیشتر می‌سازد.
2. هنگامیکه در صبح صادق برای وضو کردن به تشناب میروید بعد از فارغ شدن ضروریات فطری، این را عادت کنید که بنی خویش را توسط آب پاک کنید.
3. زمانیکه یک گروه از مردم مشغول وضو کردن هستند پس بنی خویش را با شور و زور پاک نکنید، این کار را در گوشه شده انجام دهید، زیرا این عمل به فطرت دیگران اثر بدی اندازد و تحل آن سخت است.
4. اکثر کودکان و همچنان بزرگ سالان عادی پاک کردن بنی توسط انگشت خود هستند بی خیال از اینکه این‌ها را دیده بالای دیگران چه میگذرد، پس از این عادت باید در هر صورت دوری شود.
5. بعضی از مردم بنی‌شان را توسط آستین یا دستمالی که بر سرشان بسته اند نیز پاک میکنند. این یک عمل مناسب نبوده.
6. در محفل، تقریب، مکتب و مدرسه یا در دوران سفر اگر کدام حصه از بدن تان خارش کرد، اول خوب اینکه تحل کنید یا از چشم دیگران پناه خاریدن بدن را انجام دهید.
7. هفته یک بار ناخن‌های خود را بربید.
8. مراقب پاکی موهای خود باشید و نگذارید که خیلی زیاد شود.
9. حداقل در هفته دو بار حمام کنید در تابستان روزانه حمام کردن راحت‌بخش است.

آداب پاکیزگی (در مورد بیت الخلاء)

1. آغاز روز را با شستن دست و رو کنید، یا بهتر از همه وضو کنید تا تمام روز احساس پاکیزگی و تازگی داشته باشید، اگر وضوتان شکست دوباره وضو کنید، زیرا این عادت مانع از خیلی غلطی و کوتاهی‌ها می‌شود، و باعث فراوانی رزق می‌باشد.
2. در صبح صادق که برای نماز فجر بیدار می‌شوید پیش از وضو کردن دندان‌های خود را بروس یا مسواک کنید، در عصر حاضر طبیبان، مسواک کردن دندان‌ها را سه مرتبه در شبانه روز توصیه می‌کنند. بیس دقیقه بعد از خوردن شیرینی درد هضم باکتری (میکروب) پیدا می‌شود به همین منظور بعد از خوردن چیز شیرین دندان‌های خود را پاک کنید یا حداقل غرغره کنید تا از دهن‌تان بوی ناخوشایند خارج نشود.
3. در داخل بیت الخلاء رخ به قبله ننشینید، و هنگام داخل شدن به بیت الخلاء این دعا را بخوانید:

(اَللّٰهُمَّ اِنِّیْ اَعُوْذُبِکَ مِنَ الْخُبْثِ وَالْخَبَاثِثِ) ابن ماجه

ترجمه: یا اللہ پناه می‌برم به تو از شر جن، چه زن باشد یا مرد.
- 4- برای ضروریات فطری‌تان خود را عادی یک تقسیم اوقات مشخص کنید در غیر آن در طول روز پریشان می‌باشید، بهتر است که هنگام صبح یعنی قبل از رفتن به مدرسه، مکتب یا دانشگاه عادت بگیرید.
- 5- اگر کسی داخل بیت الخلاء باشد پس بار بار دروازه را در را تق تق نه زنید، یک یا دو بار اشاره کافی است.

- 6- به یاد داشته باشید که قبل از داخل شدن به بیت الخلاء دروازه را تق تق بزنید شاید کسی داخل بیت الخلاء باشد و در بستن را فراموش کرده باشد.
- 7- از داخل توالت (بیت الخلاء) گفتگو کردن عمل ناپسندیده است.
- 8- در خانه میبایست یا صمان و یا هم در خواب گاه بعد از تمام کردن ضروریات فطری توالت را تمیز کرده خارج شوید، تا که برای دیگران مزاحمت نشود و از شما خاطره بد به یاد نه ماند.
- 9- صابون را بعد از استعمال تمیز، و خشک کرده به جای آن بگذارید.
- 10- در وقت خارج شدن از بیت الخلاء این دعا را بخوانید:
- (الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي أَذْهَبَ عَنِّي الْأَذَى وَعَفَانِي)
- ترجمه: همه ستایش ها به خاطر خداست که چیزی را که به من آزار داده بود بر طرف کرد و به من آرامش داد.
- 11- در حالت ایستاد و راه کردن کار ناپسندیده ای است، زیرا امکان پلید شدن جامه میباشد.
- 12- همواره با پاکیزگی خویش، مراقب پاک اطاق، خانه و محیط زیست نیز باشید.
- 13- بعد از خارج شدن از بیت الخلاء مراقب پاک بدن باشید، تا که از پلید شدن جسم و جامه ممانعت شود و همچنین از انتشار جراثیم نیز حفاظت شده باشد.

آداب صحت

- 1- کسانی که همیشه پاک میباشند طبق معمول صحت مند نیز میباشند.
 - 2- در زندگی روزانه اجتماعی شاهد بسیار از وقایع هستیم که مردم از افرادی که بدن شان بوی عرق میدهد دوری میکنند، و همچنین افرادی که جامه شان را پاک و تمیز نکرده باشند در مسجد، مکتب، مدرسه و یا هم پوهنتون باعث حقارت شان میشود، پس قبل از اشتراک در جلسات و یا هم مراسم اجتماعی مراقب پاک بودن و جامه خود باشید و اگر امکان داشت عطر نیز استعمال کنید.
 - 3- در رژیم غذای کوشش کنید که نسبت به غذاهای مصنوعی غذاهای طبیعی را بیشتر استعمال کنید چون صحت بخش هستند.
 - 4- همیشه غذا متوازن را صرف کنید، صبحانه را بهترین بخورید، ناهار (ظهرانه) اوسط صرف کنید، و نان شام را کم صرف کنید و حداقل 2 ساعت قبل از خوابیدن نان را نخورید، باشکم خالی خواب کردن مناسب نیست.
 - 5- ورزش مناسب و قدم زدن برای صحت خیلی ضروری میباشد.
 - 6- بیش از حد غذا را صرف نکنید، نقصان آن زیاد تر از فایده میباشد.
 - 7- هنگام بیدار شدن از خواب قبل از اینکه غرغره کنید فوراً خوردن و نوشیدن را آغاز نکنید، در طول شب در دهن لعاب پیدا میشود، و دهن خشک میباشد، زیر پاک کردن آن ضروری است.
 - 8- به ویژه مراقب پاکیزگی چشم های خود باشید، چشم های خود را از گرد و غبار حفاظت کنید، فرمان پیامبر صلی اللہ علیہ وسلم است ((سر مه کنید، از چشم چرک را دور میکنند و باعث سر زدن موها میشود)).
- اکنون در جامعه ما سر مه کم استعمال میشود، پس در روزهای رخصتی گاه گاهی سر مه استعمال کنید.

- 9- در دوران هفته موهای سر را با روغن زیتون، چرب (مساج) کنید، این یک عمل مفید است و موها را قوی میکند.
- 10- در وقت ضرورت آمدن ادرار خالی یا پُر دیر نکنید، در صورت دیر کردن بالای اعضاء مربوط و مغز اثرات منفی میکند.

آداب لباس پوشیدن

- 1- پوشیدن لباس خوب در واقعیت شکرانه نعمت های خداوند است، لباسی که متعلق به جامعه شما باشد و شخصیت شما را تحقیر میکند هرگز نپوشید.
- 2- وقتی که لباس جدید را به تن می کنید پس دو رکعت نماز نفل شکرانه اداء نمایند.
- 3- همیشه لباس مناسب شخصیت تا زابه تن کنید، نه لباسی که پاره و بسیار زیاد کهنه باشد و نه لباسی که بی حد گران بها باشد و سبب مغرور شدن شما و یا حسد دیگران باشد.
- 4- بارسیدن به خانه باید لباس فرم مدرسه یا مکتب را تبدیل کنید تا برای فردا پاک باشد.
- 5- هنگام پوشیدن پیراهن (کرت)، ابتدا دست راست را در آستین قرار دهید، سپس دست چپ را، به طور مشابه هنگام پوشیدن شلوار (تنبان)، ابتدا پای راست و سپس پای چپ را قرار دهید.
- 6- در وقت پوشیدن لباس جدید این دعا را بخوانید:
(الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي كَسَانِي مَا أُوَارِي بِهِ عَوْرَتِي وَاتَّجَمَلُ بِهِ فِي حَيَاتِي)
- ترجمه: تمام ستایش و خوبی ها برای خداوندی است که به من این جامه جدید را پوشانید و من توسط آن ستر پوشی میکنم و در زندگی من باعث حسن و جمال من میشود.
- 7- برای مرد لباس ابریشم حرام است.
- 8- پاچه های مرد نباید پائین تر از مچ پا باشد.

- 9- از لباس های تنگ و باریک که باعث آشکار شدن اعضای بدن می شود استفاده نشود، بلکه لباس طوری باشد که در آن احساس آرازش کنید.
- 10- سلام دادن و گفتگو کردن خانم ها با نامحرم در حالیکه جامه نیمه آستین بر تن دارند حرام است.
- 11- پوشیدن لباس سفید بهترین لباس برای مردها است در حالیکه جامه رنگ دار نیز روا میباشد.
- 12- برای مردان استفاده از طلا حرام قرار داده شده.
- 13- همیشه لباس پاک بر تن کنید.
- 14- برای کودکان لباس رنگ های روشن بهتر است تا داغ و چرک زودتر معلوم شود، و همچنین پاک بودن جامه نیز در نظر گرفته شده باشد.
- 15- در روز جمعه به کودکان جامه سفید پوشانید و نیز از اهمیت روز جمعه مبارک آنان آگاه نمایید.
- 16- باید لباسی پوشیده شود که با آب و هوا مطابقت کند.
- 17- جامه طوری پوشیده شود که در آن خواست های تهذیب، فرهنگ و جامعه در نظر گرفته شده باشد.
- 18- قبل از پوشیدن لباس آن را تکان دهید.

آداب غذا خوردن

- 1- غذا را همیشه به طور ذهنی آگاه شده صرف کنید، چنین کار باعث میشود که غذا بهتر هضم شود، و همچنین لذت بیشتر غذا را حس میکنید.
- 2- هنگامیکه گرسنه شوید غذا بخورید، نه اینکه کسی شمارا ادا بره غذا خوردن کند، اگر کسی اصرار بیشتر داشت پس به لجه نرم معذرت بخواهید، چنین کاری برای صحت شما خیلی مهم است.
- 3- همیشه قبل از خوردن غذا عادت کنید که دست های خود را بشوئید، نه اینکه هرگاه بزرگان برای تان توصیه دست شستن کنند.
- 4- (قَالَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: أَمَا أَنَّهُ لَوْ كَانَ قَالَ بِسْمِ اللَّهِ لَكَفَأْتُمْ، فَإِذَا أَكَلْ أَحَدُكُمْ طَعَامًا فَلْيَقُلْ بِسْمِ اللَّهِ فَإِنَّ نَسِيَّ أَنْ يَقُولَ بِسْمِ اللَّهِ فِي أَوَّلِهِ فَلْيَقُلْ بِسْمِ اللَّهِ فِي أَوَّلِهِ وَآخِرِهِ)

ترجمه: پیامبر اکرم صلی اللہ علیہ وسلم فرمود: خبردار! اگر آن بسم اللہ گفته می شد برای تو کافی بود، پس اگر کسی از شما غذا بخورد این دعا را بخواند بسم اللہ؛ اگر در ابتداء دعا رانه خواند و فراموش کرد پس این الفاظ را بخواند بسم اللہ فی اوله و آخیره.

- 5- خوردن غذا را با گفتن (بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ) آغاز کنید.
- 6- اگر غذا لذیذ و خوش مزه بود پس آن را تعریف کنید، بهتر است که دوران غذا خوردن الفاظ خوبی در مورد غذا تهیه شده بگوئید، اگر غذا به دلتان نه بود پس خاموش باشید.
- 7- در آغاز غذا خوردن جام (گیلاس) را از آب پر کرده به خود نزدیک کنید، دوران غذا خوردن دوباره و دوباره بالای دیگران امر نکنید.
- 8- بعد از صرف کردن غذا این دعا را بخوانید:

(الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي أَطْعَمَنَا وَسَقَانَا وَجَعَلَنَا مِنَ الْمُسْلِمِينَ) صحیح بخاری

ترجمہ: ہمہ ستائش ہابہ خاطر خداست کہ مارا تغذیہ و سیراب کرد و مارا مسلمان کرد

آداب نوشیدن

- 1- نوشیدن با دست راست سنت است.
- 2- خواندن بسم اللہ سنت است.
- 3- آب را در سه نفس بنوشید.
- 4- در حین نفس کشیدن دهن باید از ظرف جدا شود.
- 5- از حصه ای که ظرف شکسته نوشید.
- 6- نہ باید آب را با جرعه بزرگ نوشید، بلکه لبان را در ظرف چسبانده آهسته آهسته بنوشید.
- 7- بدون ضرورت در حالت ایستاده آب نوشید.
- 8- داخل ظرف دم نزنید.

آداب سفره

- 1- به طور عموم ظروف غذا روی سفره گذاشته و مرتب میشود، کوشش نکنید که اولویت راشما بگیرید، اجازه دهید که بزرگان خصوصاً همسالان، اول غذا صرف کنند.
- 2- به قدری غذا برایتان در بشقاب بگیرید که بایک نان خورده شود، با تمام شدن غذا دوباره روی بشقاب بگذارید، تا اینکه غذا و نان داغ برایتان مهیا شود و چنین کار از روی اخلاق بهتر دانسته می شود.
- 3- لقمه کوچک بگیرید، و آهسته و با سلیقه بخورید.
- 4- با تمام انگشتان غذا نخورید، بلکه استعمال سه انگشت کافی میباشد، آنگاه دم داخل دهن گذاشته مرطوب (تر) نکنید، اگر مرطوب شد فوراً آنرا خشک کنید.
- 4- در دوران غذا خوردن کوشش کنید که تکیه نباشید.
- 5- در حین صرف غذا باید لقمه را با زور و شور نه خورید زیرا این عمل باعث مزاحمت دیگران میشود.
- 6- هنگام غذا خوردن دندانهای خود را با انگشت و ناخن پاک نکنید، همچنان اگر با مشکلی رو در رو شوید که لقمه در حلق تان گیر ماند پس پناه از چشم دیگران آهسته آنرا خارج کرده به خاموشی یک سو بگذارید.
- 7- در مدرسه، مکتب یا جای دیگری اجتماعی اگر غذا صرف میکنید، پس دوست و همراه تانرا دعوت کنید، زیرا با هم غذا خوردن باعث محبت بایکدیگر می شود.
- 8- روزانه در غذای یک دوست شریک شدن، یا تمام وقت با مصرف آن دوست غذا خوردن کاری خوب نیست.
- 9- اینکه در غذا خود مردم مستحق (غریب و مسکین) را شریک می کنید، این عمل به خداوند نهایت پسند است.

آداب خواب

- 1- صبح با بیدار شدن از خواب کار نخست شکرانه رحمت و قدرت خداوند را انجام دهید،
طوری که دوباره از خواب مثل مرگ شمار بیدار کرد.
- 2- دعا بیدار شدن از خواب را بخوانید:
(اللَّهُمَّ بِكَ أَصْبَحْنَا وَ بِكَ آمَسْنَا وَ بِكَ نَحْيَا وَ بِكَ نَمُوتُ وَ إِلَيْكَ
النُّشُورُ)) ابوداؤد
- ترجمه: ای الله با کمک و توفیق تو صبح (را آغاز) کردیم و به مدد تو شام خواهیم کرد، به عنایت تو (الله) زندگی میکنیم، و به اشاره تو (الله) فوت میکنیم، و سرانجام در حضور تو ایستاده حاضر میشویم.
- 3- اگر وقت نماز فجر بود وضو کنید و نماز را بروقت اداء کنید اما اگر گاهی کوتاهی صورت گرفت افسوس کرده از ته دل عهد کنید که در آینده کوتاهی در اداء نماز کوتاهی نمی کنید.
- 4- اگر بلافاصله بعد از بیدار شدن با کسی ملاقات داشته باشید پس ضرور غرغره کنید یا مسواک استعمال کنید زیرا به طور خاص در این وقت از دهن بوی ناپسندیده خارج میشود؛ و به شخصیت شما تاثر بد وارد میکند.
- 5- قبل از خواب شدن دندان هارا مسواک کردن یا استعمال بروس خیلی مهم است، اگر امکان نداشته باشد حداقل غرغره ضرور کنید.
- 6- اگر جای مهمان باشید در مهمان بیت الخلاء ملحق نه بود پس قبل از خواب ضرور معلوم کنید تا اینکه هنگام شب اگر حاجت باشد، با مشکل رودر رونه شوید.
- 7- در عدم اداء نماز عشاء به بستره خواب رفتن را عادت نه کنید.
- 8- اداء نیچ وقت نماز مانند نفس ضروری و فرض است.
- 9- سوره های حفظ شده قرآن کریم را هنگام شب در بستره خواب تلاوت کنید.
- 10- به شکم، به پشت و یا هم به سمت چپ از خواب شدن ممانعت شده است.

- 11- اطاق کسی بدون تنق زدن دروازه داخل نشوید خواه خانه باشد یا خوابگاه (لیلیه).
- 12- چه خانه باشید یا لیلیه بعد از سن هفت سالگی با بزرگتر و یا هم سن خود در یک بستر و چهارپائی خواب نکنید.
- 13- اعتدال خواب و بیداری را در نظر بگیرید، بیشتر خوابیدن و یا هم بیدار بودن به صحت نقصان می‌رساند.
- 14- قبل از خواب کردن بستر خود را تمیز و دهنده تا کلام چیز مضر برای تان نقصان نه‌رساند.
- 15- بعد از نماز عشاء زودتر خواب کنید.
- 16- هنگام خواب کردن جامه نازک را به تن کنید.
- 17- قبل از خواب کردن از خوردن غذاهای که شکر دارند را صرف نکنید، زیرا در خون مقدار گلوکز را بیشتر می‌سازد که باعث بیدار کم‌خوابی می‌شود، همچنان از نوشیدن نوشابه‌ها نیز پرهیز کنید.
- 18- همیشه کوشش کنید به پهلوراست خواب کنید.

آداب ورزش و بازی کردن

- 1- ورزش کردن که پایبند حدود شرعی باشد جایز است.
- 2- در اسلام نیزه بازی، شنا و اسب سواری را ترغیب داده شده، این ورزش‌ها برای صحت مند بودن ذهن و جسم بسیار مفید محسوب می‌شوند.
- 3- کاغذ پرانی، شطرنج و سایر بازی دیگری امثال شان سبب ضایع شدن وقت هم می‌شوند و کدام فایده چشم دید نیز ندارند.
- 4- مصرف وقت بسیار در بازی‌های بی‌مورد نقصان ده است و همچنین باعث نافرمانی والدین نیز می‌شود.
- 5- بازی‌های کمپیوتری (نرم افزارها) باعث به هدر رفتن وقت و پول هستند به همین ترتیب کاملاً نقصان است.
- 6- بهتر است که در بازی‌های ورزشی بعد از مطالعه و درس خواندن اشتراک شود.
- 7- در جاهای که ورزش سبب آزار و اذیت مردم می‌شود گریز کنید، در کوچه و جاده‌ها ورزش و بازی سبب نقصان نیز شده می‌تواند.
- 8- در وقت استراحت مردم بازی کردن و سر و صد کردن عمل نامناسب است، از این کار بپرهیزید.
- 9- پایبند نماز خواندن باشید، اگر در حین ورزش وقت نماز داخل شد پس برای اداء نمودن نماز وقفه کنید.
- 10- باخت و برد حصه از بازی و ورزش می‌باشد، پس اگر در بازی پیروز شوید مغرور نباشید، و اگر باخت در نصیب تان شد پس ناامید نباشید بلکه پس اراده جدی محنت بیشتر را کنید.
- 11- منتظر نوبت خود باشید، به موارد کوچک بایکدیگر مشقت و سخن نه شوید.
- 12- در بازی قمار زدن حرام است، ورزش و بازی برای تفریح است، نه برای دستپاچی گناه.
- 13- بعد از نماز فجر چهل قدمی، واندکی ورزش باعث بهتر شدن نظام دوران خوب می‌شود.

- 14- در وقت ورزش جامه نازک به تن کنید.
- 15- بعد از ورزش بلافاصله آب سرد نه نوشید.
- 16- علاوه بر ورزش باید غذا خوب نیز بخورید، میوه جات و سبزیجات را شامل غذای روزانه کنید.
- 17- خوردن گوشت (مرغ و گاو...) برای بدن خیلی سودمند نیست پس باید مناسب خورده شود.
- 18- اوقات بهتر برای ورزش صبح و شام است.
- 19- در اجرای ورزش نیز اعتدال را در نظر بگیرید، بیشتر از حد ورزش به نقص بدن است.
- 20- به یاد داشته باشید که نماز بدون از کامیابی اخروی، در زندگی نیز به ذهن و جسم انسان تازگی و صحت می بخشد، همچنان از یوگا و سایر ورزش هان تا تنج بهتر با خود به باری آورد، پس نماز را به وقت اداء نمایند.

نشوونمای ذہنی و تعلیمی

((أَطْلُبُوا الْعِلْمَ وَ لَوْ بِالصَّبْرِ)) شعب الایمان

ترجمہ: علم حاصل کنید حتی اگر مجبور باشید بہ چین بروید۔

((عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: الْحِكْمَةُ ضَالَّةُ الْمُؤْمِنِ،

فَحَيْثُ وَجَدَهَا فَهُوَ أَحَقُّ بِهَا)) الترمذی

ترجمہ: خرد (حکمت)، گنجینہ (میراث) گمشدہ مومن است و ہر کجا آن را پیدا کند، بیش از ہمہ مستحق آن است۔

((قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: مَا نَحَلَ وَالِدٌ وَلَدَهُ أَفْضَلَ مِنْ آدَبٍ حَسَنِ))

مسند احمد

ترجمہ: بہترین ہدیہ (تحفہ) ای کہ پدری تواند بہ فرزند خود بدہد، بہترین تعلیم و تربیت فرزند است۔

یہ فیضان نظر تھا یا کہ کتب کی کرامت تھی

سکمائے کس نے اسماعیل کو آدابِ فرزندگی

زندگی ہو میری پروانے کی صورت یارب

علم کی شمع سے ہو مجھ کو محبت یارب

آداب رفتن به مدرسه

- 1- بکس مکتب را مرتب، همچنان کتاب را مطابق تقسیم اوقات و جامه (یونیفورم) را برای فردا در رفتن به مدرسه آماده کرده بخواهید.
- 2- در وقت خارج شدن از خانه به همه سلام بگوئید و اینکه تبسم به چهره تان باشد رخصت بگیرد.
- 3- در اتوبوس مکتب، به افراد متعلقه نیز سلام کنید، و اگر استاد مدرسه سوار اتوبوس شود و در نشست خالی نباشد پس بلافاصله جای خود را به خدمت شان پیش کنید.
- 4- در غیر موجودگی استاد در صنف شونجی صورت میگیرد، اما از حرکات نقصان ده پرهیز کنید.
- 5- عزت و احترام اساتذہ خود را از دل و جان کنید، در غیر موجودگی شان اگر کسی از دوستان شما اساتذہ را بانام و القاب بدیاد کردند آنها را منع کنید، زیرا که فیض و برکت بدون احترام اساتذہ حاصل نمی شود.
- 6- با مدیر، سر معلم و اساتذہ مکتب و مدرسه خود رابطه خوب و نیک داشته باشید این رابطه مبارک باعث خوشی در آینده می باشد و همچنان همه اساتذہ دعا گو شما میباشند.
- 7- در هفته چندین بار کوشش کنید که به کتاب خانه مدرسه حاضری دهید، ساعت های خالی درسی را در کتاب خانه باشید، از اساتذہ خود در مورد کتاب های خوب پرسید، و به کتاب های وارد شده جدید کتاب خانه نیز نظر داشته باشید.
- 9- با سایر عمده مدرسه چون گارد و غیره نیز تعلق و ارتباط سلام و دعای داشته باشید.
- 10- ازدوستی شاگردان بی ادب، و بدنام مکتب دوری کنید، همچنان از تعلقات و روابط با شاگردان سن کلان نیز دوری کنید زیرا روابط داشتن با ایشان باعث ایجاد مشکلات می شود.

اداب کتاب و بکسه

- 1- کتب، کتابچه و بکسه خود را پاک نگه دارید.
- 2- در خانه یک جای مخصوص را برای کتاب و سایر مواد درسی خود مشخص کنید.
- 3- کتب و کتابچه های خود را پوش دهید.
- 5- بالای کتاب و کتابچه خود بلا ضرورت نداشتن نکنید.
- 6- بهترین دوست شما کتاب است، از آن فایده بگیرید.
- 7- بی حرمتی کتاب را نکنید زیرا که باعث محرومی علم می شود.

آداب مطالعه

- 1- مطالعه چون نصابی باشد یا غیر نصابی در حدود و اعتدال بهتر و سودمند است.
- 2- برای خود تقسیم اوقات بسازید و به آن عمل کنید.
- 3- فقط به مکتب رفت و آمد کردن سبب ضایع شدن وقت است، بلکه درس را روزانه حفظ کنید، یا به طور گروهی بایکدیگر تکرار کنید.
- 4- مطابق سن و ذوق شخصی خود مطالعه کتاب در ساله را عادت کنید.
- 5- در کدام کتاب یا رساله اگر جمله ای به نظر تان بهتر بود، پس آنرا در یک کتابچه به صورت جداگانه یادداشت کنید، یا در کتاب آنرا نشانی کنید، زیرا بار دوم مطالعه تمام کتاب ممکن نیست، پس با مرور جملات نشانی شده تمام مقصد در ذهن تان تکرار میشود.
- 6- هنگام مطالعه کتاب را بسیار نزدیک چشم خود نگیرید، حداقل سی سانتی متر فاصله ضروری است.
- 7- در هر یک یا دو ماه در کتاب خانه شخصی خود کتاب ها را اضافه کنید و همچنان دوستان خود را نیز با کتاب های جدید آشنا سازید.
- 8- کتاب امانتی کتاب خانه و دوست شما باید به خوشی سپرده شود، با ضرب المثل های بی بنیاد ((دزدی کتاب دزدی شمار نمی شود)) عمل نکنید، دزدی در هر حال دزدی است.

آداب تفکر بزرگ در سنین جوانی

- 1- اگر شاد نوجوانی، هر چه فکر بزرگ و فکر پخته را دارا باشید مستقبل شاد و روشن تر است.
- 2- فکر بزرگ، مطالعه کتاب های خوب، دوستی با مردم دانشور، مشاهده عمیق، تجزیه قضایا، باخلاق کار کردن، محنت و مشقت، و دعا خوانستن از خداوند برای راهنمای، کامیابی در عمر و صلاحیت های شمار نسبت به دیگران بیشتر می سازد.
- 3- از کودکی عادت کنید که بیشتر پول (پایه) خود را مصرف خریدن کتاب های خوب کنید تا با زیاد شدن سن شما صاحب یک کتاب خانه باشید.
- 4- وظیفه کردن و یا هم فکر کردن در مورد وظیفه کار خوب شمار نمی شود، بلکه به نگاه قدر آن مردم دیده میشوند که صاحب تجارت شخصی خود باشند، زیرا به بازو خود غالب میباشند و پول بیشتر به دست می آورند، اگر کدام جای کار میکنند آن را نیز برای مدت کوتاه و را برای به دست آوردن تجربه انجام میدهند.
- 5- پیامبر اکرم صلی الله علیه و سلم فرموده است که رزق دارای ده حصه می باشد که نوحه آن را خداوند جل جلاله مختص تجارت کرده، و یک حصه دیگر آن را در کار (وظیفه) مانده.

آداب وقت

- 1- وقت یک دولت بیش بہا است کہ بہ امیر و غریب یکسان مہیا میشود کسی کہ قدر آن را بدانند کامیابی دنیا و آخرت نصیب او می شود.
 - 2- بہ یاد داشته باشید کہ ملتزم بودن بہ وقت اہم ترین نقطہ کامیابی است.
 - 3- برای زندگی بہتر برای خود تقسیم اوقات مرتب کنید.
 - 4- تقسیم اوقات را طبق معمول و مصروفیات زندگی خود آمادہ کنید.
 - 5- در تقسیم اوقات (جدول) کاری های مهم را نخست و کارهای غیر مهم را بعد آدرج کنید.
 - 6- با خلوص نیت کارهای خویش را انجام دہید.
 - 7- کتاب های خود را در یک جای مشخص مرتب کنید تا کہ وقت مطالعہ در تلاش کتاب ضائع نہ شود.
 - 8- برای ورزش بدنی نیز وقت را مختص کنید.
 - 9- برای ورزش بدنی بادوستان تان ہم وقت را مختص کنید.
 - 10- در وقت های فرصت مشاغل را اختیار کنید کہ از آن نشو و نما جسمی و ذہنی مقصود باشد.
 - 11- ہنگامیکہ کدام جای منتظر کدام کاری باشید پس آن را ضائع نہ کنید، رسالہ های کوچک را مطالعہ کنید یا ذکر خداوند جل جلالہ را.
- وقت میں جتنی فراخی دونوں ہیں جیسے ربڑ
کھینچنے سے بڑھتی ہے، چھوڑے سے جاتی ہے سکر

نشووونمای روحانی

((قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: مَا يُصِيبُ الْمُسْلِمَ مِنْ نَصَبٍ وَلَا وَصَبٍ وَلَا هَمٍّ وَلَا حَزَنٍ وَلَا آدَى وَلَا غَمٍّ حَتَّى الشُّوْكَةِ يُشَاكُهَا إِلَّا كَفَّرَ اللَّهُ بِهِ مِنْ خَطَايَاهُ)) بخاری شریف

ترجمہ: پیامبر اکرم صلی اللہ علیہ وسلم فرمودند: اگر بہ مسلمان کد ام رنج، درد، غم، تکلیف واذیت می رسد، خداوند جل جلالہ از سبب آن گناہهای ایشان را محوہ میکند۔
در حدیث شریف ذکر شدہ:

((مَا مِنْ عَبْدٍ مُسْلِمٍ يَدْعُو لِأَخِيهِ بِظَهْرِ الْغَيْبِ، إِلَّا قَالَ الْمَلَكُ وَلَكَ بِمِثْلِ)) مسند احمد

ترجمہ: ہر کسی کہ در غیاب (عدم موجودگی) برای یک برادر مسلمان خود دعا کند، یک فرشتہ میگوید ((برای تو ہم چنین باشد)).

بے لوث محبت ہو، بے باک صداقت ہو

سینے میں اُجالا کر، دل صورت میں دادے

میرے اللہ! برائی سے بچانا مجھ کو

نیک جو راہ ہو اس رہ پہ چلانا مجھ کو

آداب شادی (خوشی)

- 1- در لحات، مواقع و روزهای خوشی شکر خداوند را فراموش نکنید چون خوشی و خرسندی همیشه نعمتی از سوی خداوند جل جلاله میباشد.
- 2- در تهنییب مذہبی ماد و خوشی اجتماعی را تجلیل میکنیم، نخست بعد از ماه رمضان المبارک عید سعید فطر و دو هم بعد از حج بیت اللہ روز عید سعید اضحی، بالعموم مردم بعد از اداء نماز عید با هم بغل کشی میکنند و بادوستان و خویشاوندان شان روزهای عید را با خوشی سپری میکنند.
- 3- در اکثر اوقات توجه بیشتر به تجلیل خوشی دوستان خود داشته می باشیم، اما برادران و خواهران خویش را فراموش می کنیم، واقعیت این است که بیشتر حق دار تشویق و محبت این رشته های واقعی میباشد.
- 4- در مناسبت های عروسی و سایر مناسبات اجتماعی باید اشتراک شود.
- 5- هدیه کتاب خوب تحفه قیمتی شمرده می شود، و دوستی را مستحکم می کند، همچنان در مواقع خوشی بالای کسی تنقید منفی نکنید زیرا باعث اذیت دل های شود.
- 6- در صورت کامیاب شدن دوست شاد امتحان ایشان را مبارک باد بگوئید، اگر ممکن بود کامیابی ایشان را به طور مستقل تجلیل کنید، اگر مسافر باشید نامه (خط) تبریکی برایشان بفرستید.
- 7- در مناسبت های خوشی دوستان و خویشاوندان خویش را شریک سازید، زیرا باعث زیاد شدن محبت بایکدیگر می شود.

آداب غم و غصه

- 1- در زمان کودکی از رویه سخت بزرگان فامیل شکایت های بیشتر در دل می باشد، هر قدر مشکل کلان بود در مقابل بزرگان به آواز بلند صحبت نکنید، بعد از خوب شدن حالت در مورد مسئله به میان آمده وضاحت دهید.
- 2- اگر استاد در حالت غصه شاید شمارا با چوب یا چیزی دیگری اصابت کرد، پس مؤدب باشید این رویه خوبی شاتمام غصه و نفرت را از بین می برد، و فرد مقابل احساس پشیمانی می کند.
- 3- در حالت غم و غصه هیچانی نه شوید، در حالت اشتعال آمده گاهی فیصله های ناگوار میکنیم که بعد باعث نجاتی و شرمندگی می شود.
- 4- با کامیابی دیگران حسد نه کنید، چون این دست آورد نتیجه زحمات ایشان و عطای خداوند جل جلاله است، پس در هر دو صورت حقدار است، حسد خوشی و کامیابی شمارا مثل آتش که چوب خوش را بی سوزاند از بین میبرد، و باعث این می شود که فکر شما مملو از ناامیدی، غم و غصه شود.
- 5- ناکام شدن در امتحان یک قضیه عارضی است، هیچگاه آن را جدی نگیرید و ما پوس نه شوید، بلکه عزم کنید تا در آسند و در درس های خود کوشا باشید.
- 6- باشنیدن خبر غم و خفقان بلافاصله ((إِنَّا لِلَّهِ وَاِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ)) بگوئید.
ترجمه: ما از آن خداوند جل جلاله هستنیم و به سوی او خواهیم گشت.
- 7- اگر مریض شوید برای صحت یابی دعا کند و از خداوند جل جلاله بخواهید که مرض شمارا به شفا تبدیل کند، شکایات بیشتر کاری خوبی نیست بلکه صبر کنید.
- 8- هنگامیکه دوست شما با مشکل رود رو شود برای حل مشکل شان کوشا باشید، زیرا مردم خوب احسان کسی را فراموش نمی کنند.
- 9- سخن چینی و غیبت کسی را با فرد سوم نکنید، زیرا شاید کدام روز این سخن به ایشان برسد، که باعث حقارت و شرمندگی تان می شود.

آداب عبادت

- 1- اگر قبل از وقت نماز وارد مسجد شوید دو رکعت نماز نفل تحیه المسجد را ضرور اداء کنید.
- 2- در نماز و حضور اللہ جل جلاله بالباس خوب و پاک ایستاد شوید.
- 3- کودکان گاهی در مسجد با دوستان شان شوخی میکنند که این کار ناپسندیده است در هر صورت از چنین کارها خودداری کنید، و مؤدبانه به مسجد رفت و آمد کنید.
- 4- نماز را با کمال خشوع و خضوع اداء نمائید.
- 5- اداء کردن نمازهای فرض در مسجد و نمازهای سنت و نوافل در خانه بهتر است.
- 6- خواه در مدرسه و مکتب یا در دوران بازی و ورزش اگر وقت نماز داخل شد پس به نماز ترجیح دهید، انشاء اللہ خداوند جل جلاله تمام مشکلات را حل خواهد کرد.
- 7- تلاوت قرآن کریم نیز یک عبادت بزرگ است، شاید کمتر اما روزانه تلاوت کنید.
- 8- نماز، تلاوت و سایر عبادات را برای ریا (خود نمائی) را انجام ندهید، با وجود اینکه منافقت است، باعث ناراض شدن خداوند نیز می شود.
- 9- قرآن کریم را نه بسیار به صدای بلند و نه هم آهسته تلاوت کنید، خداوند کسانی خیلی دوست می دارد که به صدای درمیان تلاوت می کنند.
- 10- کسانی که در کودکی از نعمت نماز و تلاوت محروم باشند در جوانی نیز از لذت چنین نعمت ها لذت چشیده نمی توانند، پس زمانیکه در سن هفت سالگی نماز فرض می شود باید کودکان را به سوی نماز خواندن ترغیب دهیم.
- 11- روز جمعه به کثرت به پیامبر صلی اللہ علیہ وسلم درود و صلوات بفرستید.
- 12- خرج کردن در راه خداوند جل جلاله نیز یک عمل بی حد پسندیده است، کم باشد یا زیاد اما کمک کردن بامردم غریب، مسکین و کودکان بی سرپرست را عادت کنید.
- 13- آرزوی زیارت حج بیت اللہ شریف را از دوران طفولیت در دل داشته باشید، تا اینکه به دست آمدن فرصت این سعادت نیز نصیب تان شود.

آداب دعا

- 1- دعا همیشه از خداوند بزرگ و قادر مطلق بخوانید.
- 2- در ابتدای دعا حمد و ثناء خداوند را بخوانید، و به پیامبر ﷺ درود و صلوات بفرستید
- 3- در زندگی فردی و اجتماعی همیشه اهتمام را کنید، چون در اکثر اوقات دوست خوب ثابت می شود.
- 4- به فروتنی و عاجزی دعا کنید.
- 5- دور کعبت نماز اداء نمایند یا کدام کاری را انجام داده دعا بخوانید.
- 6- دعا خواستن برای افعال ناجائز کار خوب نیست.
- 7- همیشه برای خود دعا نکنید، دیگران (دوستان، خویشاوندان) را نیز در دعا های نیک خود یاد کنید.
- 8- برای نقصان رسیدن به خود شما و دیگران دعا نکنید.
- 9- برای قبولیت دعا لازم است که از لباس، خوردن و نوشیدن حرام خودداری شود، همچنین خودداری از گناهان نیز ضروری شمرده می شود.

اداب دوست داشتن دین و وطن

- 1- در جهان امروز همه مردم بعد از انسان بودن از روی دین و وطن شناخته می شوند.
- 2- پس برای ما مسلمان بودن خوب لازم است، تا برای دیگران یک مثال خوب باشیم.
- 3- اگر برای تعلیم و یا تجارت به ممالک دیگر سفر میکنیم، باید تا حد الوسع کوشش کنیم که مظاهره اخلاق و کردار خوب کنیم، زیرا ما سفیر کشور مادر آن جا هستیم و مردم آن مملکت، کشور ما را از روی ما می شناسند.
- 4- دوران تعلیم باید مشخص شود که در آینده کدام شعبه زندگی را انتخاب کنیم، خود را فقط ماشین پول نسازیم، بلکه در رشته تعلیمی خود مهارت بیشتر حاصل کرده و یک مسلمان خوب باشیم، تا باعث فخر دین و وطن باشیم.

نشوونما اخلاقی

((قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: خَيْرُكُمْ خَيْرُكُمْ لِأَهْلِهِ وَ أَنَا خَيْرُكُمْ لِأَهْلِي)) ترمذی

ترجمه: پیامبر صلی الله علیه وسلم می فرماید: بهترین شما کسی است که با خانواده خود رفتار (اخلاق) بهترین داشته باشد، و من برای خانواده خود بهترین شما هستم.

((قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: لَيْسَ الشَّدِيدُ بِالصُّرْعَةِ إِنَّمَا الشَّدِيدُ يُدِ الْأَذَى يَمْلِكُ نَفْسَهُ عِنْدَ الْغَضَبِ)) صحیح البخاری

ترجمه: ”پهلوان (کشتی گیر) کسی نیست که مردم را کتک (عقب) بزند، بلکه پهلوان کسی است که هنگام عصبانیت خود را کنترل می کند.

((قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: إِنَّ مِنْ خَيْرِكُمْ أَحْسَنُكُمْ أَخْلَاقًا)) مختصر صحیح بخاری

ترجمه: بهترین شما کسی است که اخلاق خوب داشته باشد.

((قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: الْمُسْلِمُ مَنْ سَلِمَ الْمُسْلِمُونَ مِنْ لِسَانِهِ وَ يَدِهِ)) ابوداود

ترجمه: یک مسلمان کامل آن است که مسلمانان از دست و زبان او در امان باشند.

خشت اول چون نهد معمار کج
تا ثریای رود دیوار کج!

احترام والدین

- 1- در حدیث ذکر شده: اگر اولاد مطیعی با محبت به والدین خود نگاه کند پاداش و ثواب حج قبول شده نصیب او می شود.
- 2- به اولادی که حمایت (عزت) پدر و مادر را (در حالتی که پیر شده باشند) میکنند، وعده جنت داده شده.
- 3- اگر خلاف توقع والدین کدام سخی به شما بگویند که ناپسندیده شما باشد، اما در مقابل شان لجه ناگوار استعمال نکنید.
- 4- معمولاً مادران به اولاد قهر میکنند و غصه می شوند، اما به یاد داشته باشید که زیاد تر مهر و محبت نیز با اولاد مادر میکنند.
- 5- اکثراً، وقتی که اولاد دست به کار شود و صاحب پول شود، لجه و سلوک آنان با والدین تغییر میکند که این یک کار ناپسندیده است بلکه وقتی که پدر و مادر پیری شوند نیز باید ریاست خانه در اختیار شان باشد.
- 6- کارهای را انجام دهید که باعث خوشنودی والدین می شود.
- 7- در وقت خوشی برای والدین هدیه دهید.
- 8- صحبت های کنید که والدین در آن احساس خوشی میکنند، و دعاهای شان را بگیرید.
- 9- بعد از وفات والدین با دوستان و خویشاوندان شان روابط حسنه نگه داشته شود.
- 10- بعد از وفات والدین حق دارند که همیشه برایشان دعای مغفرت از خداوند خواسته شود، اگر مقروض باشند قرض های شان اداء شود.
- 11- پیامبر صلی الله علیه و سلم فرموده: خوشنودی خداوند جل جلاله در خوشنودی پدر و مادر است، و باناراض نمودن والدین خداوند ناراض می شود.

آداب مجلس

- 1- همیشه در مجالس مردم نیک (استاد، دانشمند، عالم) اشتراک کنید.
- 2- در مجلس کوشش کنید در جای فارغ بنشینید، از بالای سر دیگران قدم گذاشته در جستجو پیشروی نباشید.
- 3- برای اینکه خودتان در آنجا بنشینید کسی را از جای او بلند نکنید.
- 4- کسی که به خاطر احترام برای تان جاداء، از قلب تشکری کنید.
- 5- قبل از گپ زدن در مجلس باید اجازه گرفته شود. همچنین مراقب این باشید که اگر شخصی در حال صحبت کردن است، حرف شانرا قطع نکنید.
- 6- در مجلس در گوش کسی صحبت نکنید. این عمل خلاف آداب مجلس شمرده می شود.
- 7- اگر موضوع مجلس محرمانه باشد، نباید برای دیگران افشا شود.
- 8- در مجلس مسترح بشینید، بامشقت نشینید.
- 9- اگر احساس شد که دو نفر با هم موضوع شخصی را صحبت میکنند پس در جستجو شنیدن سخنان شان نباشید.
- 10- در محفل چشم چرانی و سخن چینی هر دو کارهای ناپسندیده شمرده می شوند.
- 11- در محافل از شنواندن صوت و مزاحیه های مزخرف موبایل برای دیگران خودداری کنید.
- 11- به یاد داشته باشید که نشستن در محافل مردم نیک تاثیر خوب، و اشتراک در مجالس مردم بد تاثیر بد دارد.

احترام اساتذہ

- 1 - استاد پدرو روحانی متعلم می باشد، آنهار ادر غم و خوشی شریک سازید، دور مورد مشکلات خود آگاه سازید تا با مشوره های نیک در حل مشکل کمک تان کنند.
- 2 - بانجام دادن کارهای خوب، جایگاه خود را در نگاه استاد بهتر سازید.
- 3 - همیشه عزت اساتذہ خود را کنید.
- 4 - هیچ وقت گستاخی استاد را نکنید، شاید در مذهب، عقیده، مسلک و خیالات یکسان نباشید، زیرا چنین کار باعث حقارت تان می شود.
- 5 - از استادان خوب خواهش کنید تا شمارا از دعا های نیک شان فراموش نکنند.
- 6 - بعد از فراغت مدرسه و مکتب احوال پرسی استادان را کنید.

آداب پرھیز از گناہ

- 1- پیامبر صلی اللہ علیہ وسلم چہار نشانی از منافق را اشاره کرده:
 - ا- هنگام صحبت کردن دروغ میگوید. ب- وعده خلافی میکند.
 - ج- در امانت، خیانت میکند. د- در بحث و مباحثہ جانب مقابل را دشنام میدہد.
- 2- بدون ضرورت تصویر ساختن گناہ است.
- 3- گوش دادن بہ آہنگ گناہ است.
- 4- دشنام دادن بہ دیگران گناہ است.
- 5- نافرمانی والدین گناہ است.
- 6- مردم را فریب دادن گناہ است.
- 7- در حدیث شریف ذکر شدہ: مسلمان نیست آن شخص کہ از شر او مسلمانان محفوظ نہ باشند.
- 8- بہ یاد داشته باشید کہ شرک گناہ کبیرہ است و قابل معافی نیست.

آداب مسجد

- 1- هنگام ورود بہ مسجد ابتدا پای راست را داخل مسجد کنید، و هنگام خروج پای چپ را اول از مسجد بیرون کنید.
- 2- در حین داخل شدن بہ مسجد دعا ((اللَّهُمَّ افْتَحْ لِي أَبْوَابَ رَحْمَتِكَ)) را بخوانید.
- 3- هنگام ورود بہ مسجد، دو رکعت نفل نَحِيَّةُ الْمَسْجِدِ را اداء نمایند.
- 4- داخل مسجد با وضو باشید.
- 5- هیچ کسی رانہ باید در مسجد با آواز بلند صدا زد، و نہ باید با صدای بلند صحبت کرد.
- 6- و قتیکہ از چیزهای بد بود در امانند: پیاز خام، سیر خام و سیگار استفاده کرده میباشید، وارد مسجد نشوید

- 7- اعلان مفقودی (چیزهای گمشده را) در مسجد نکنید.
- 8- اگر در مسجد بلغم یا چیز دیگری نامناسب به نظرتان خورد، آن را پاک کرده مسجد را تمیز کنید.
- 9- در حین خارج شدن از مسجد دعا ((اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ مِنْ فَضْلِكَ وَرَحْمَتِكَ)) را بخوانید.

آداب گفتگو

- 1- اگر با مردم ناشناس صحبت میکنید نخست با همدیگر تعارف کنید.
- 2- هر بار آغاز گفتگو را با سلام کنید.
- 3- در محفل بزرگان خاموشی را اختیار کنید، در صورتی که فرصت صحبت بود پس مؤدبانه صحبت کنید.
- 4- با وضاحت صحبت کنید تا اینکه صحبت‌های تان شکار سوء تفاهم نه شود.
- 5- همیشه بیشتر بشنوید، و کمتر صحبت کنید.
- 6- با آواز بلند صحبت نکنید، با آواز مناسب صحبت کنید.
- 7- کسانی که بیشتر سخن میزنند بیشتر اشتباه میکنند، پس عادت کنید که کم صحبت کنید.
- 8- دوران گفتگو قطع کلامی نکنید.

نشوونما اجتماعی / فرهنگی

1 - در قرآن کریم ذکر شده:

((وَقُولُوا لِلنَّاسِ حُسْنًا)) سورة البقره، شماره آیه ۸۳.

ترجمه: و با مردم (به زبان) خوش سخن بگویید.

((قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ " تَبَسُّمُكَ فِي وَجْهِ أَخِيكَ لَكَ صَدَقَةٌ وَأَمْرُكَ بِالْمَعْرُوفِ وَنَهْيُكَ عَنِ الْمُنْكَرِ صَدَقَةٌ وَإِشَادُكَ الرَّجُلَ فِي أَرْضِ الضَّلَالِ لَكَ صَدَقَةٌ وَبَصْرُكَ لِلرَّجُلِ الرَّدِيِّ الْبَصِيرِ لَكَ صَدَقَةٌ وَإِمَاطَتُكَ الْحَجَرَ وَالشُّوْكَةَ وَالْعَظْمَ عَنِ الطَّرِيقِ لَكَ صَدَقَةٌ وَإِفْرَاغُكَ مِنْ دَلُوكَ فِي دَلْوِ أَخِيكَ لَكَ صَدَقَةٌ))

ترجمه: تبسم بر چهره شما برای برادر مسلمان تان صدقه است، امر بالمعروف و نهی از منکر صدقه است، راهنمایی شخصی که گمشده است صدقه است، برداشتن اسباب ازار دهنده، مانند سنگ خار و استخوان از میان راه صدقه است، راهنمایی شخصی که بینایی اش ضعیف شده است صدقه است. خالی کردن آب از دلو (سطل) خود به دلو برادرت صدقه است.

((قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: الْمُسْلِمُ مَن سَلِمَ الْمُسْلِمُونَ مِنْ لِسَانِهِ وَ يَدِهِ)) ابوداود

ترجمه: یک مسلمان کامل آن است که مسلمانان از (آزار) دست و زبان او در امان باشند.

((حَقُّ الْمُسْلِمِ عَلَى الْمُسْلِمِ حَمْسٌ رَدُّ السَّلَامِ وَ عِيَادَةُ الْمَرِيضِ وَ إِتِّبَاعُ الْجَنَائِزِ وَ إِجَابَةُ الدَّعْوَةِ وَ تَشْمِيتُ الْعَاطِسِ)) بخاری و مسلم

ترجمه: یک مسلمان نسبت به یک مسلمان دیگر پنج حق دارد. پاسخ به سلام، عیادت (بیمار پرستی) و فتنیکه بیمار باشد. رفتن با تشییع (اداء نماز) جنازه، پذیرفتن دعوت او، پاسخ دادن به عطسه با گفتن (يَرْحَمُكَ اللَّهُ).

صحبت صالح تر اصالع کند

صحبت طالع ترا طالع کند

آداب استعمال تلفون

- 1- تلفون و گوشی (موبایل) باید برای ضرورت استعمال شود نه اینکه معمول روز دانسته شود، یعنی در استعمال آن اعتدادر نظر گرفته شود.
- 2- همیشه تلفون را بعد از زنگ دو هم جواب دهید، والسلام علیکم باید گفته شود.
- 3- اگر به کدام اداره یا شخصی که بار اول تعارف شامی شود، نخست خود را معرفی کنید و اگر شخص مطلوب نه بود به نفر سوم فقط پیام مختصر ارائه کنید.
- 4- بارودر روشن خلل در وقت صحبت بلافاصله بلی! بلی! صدانه زنید، بلکه دوباره تلفون کنید.
- 5- اگر به شماره غلط زنگ رفت پس با حسن اخلاق معذرت بخواهید، و تلفون را بند کنید.
- 6- قیمت تلفون دیگران را در مجلس نپرسید، اگر خوش تان آمد تعریف کنید، و بلاوجه قیمت و بهای تلفون خود را نگوئید.
- 7- تلفون دیگران را بدون اجازه استعمال نکنید.
- 8- مواد و عکس های خفیه را در موبایل دیگران کاری خوبی نیست.
- 9- به بنیاد تحقیق جدید شعاع های که از موبایل خارج می شود برای قلب و مغز خیلی مضر است، پس حداقل در وقت ضرورت تلفون را استعمال کنید.

اداب مصافحه (سلام دادن)

- 1 - به یاد داشته باشید که سلام دادن سنت است، اما جواب دادن واجب است و پیشقدمی کردن در اداء سلام ثواب دارد.
- 2 شخص ایستاده و پیاده رو به شخصی که نشسته سلام کند، و فردی که سوار است به فردی پیاده رو سلام کند.
- 3- جماعت (گروه) کوچک به گروه بزرگ سلام کند.
- 4- کم سن ها به بزرگان سلام نکنند.
- 5- نه به صدای بسیار بلند و نه هم صدای بسیار آهسته سلام کنید، به صدای میانه سلام کنید که فرد مقابل آزر بشنود.
- 6- اگر وارد (داخل) مجلس شوید که به کدام موضوع خاص صحبت می شود، اگر سلام داده نه شود بهتر است.
- 7- هنگام سلام دادن باید خم نشوید.
- 8- به هر مسلمان سلام کنید، خواه با شما آشنا باشد یا خیر.
- 9- اگر شخصی در نماز است یا مشغول تلاوت قرآن کریم و ذکر است، به او سلام نکنید.
- 10- هنگامیکه یک شخص مصروف درس و مطالعه است بهتر است سلام داده نه شود.
- 11- اگر دراز کشیده باشد به صدای بلند سلام نکنید به قدر صدای سلام کنید اگر بیدار باشد جواب سلام را بدهد اگر خواب باشد، بیدار نه شود.
- 12- در وقت آذان سلام نه کردن بهتر است.
- 13- دوران مصافحه باید کل دست را با هم داد، نه فقط انگشتان.

آداب دوستی

- 1- وقتیکه کسی را برای دوستی انتخاب کردید پس ازدل و جان دوست شان داشته باشید.
- 2- گاه گاهی به دوستان خود تحفه بدهید، قیمت آن مهم نیست، این احساس مهم است که شما ایشان را به یاد دارید، کتاب و عطر تحائف مناسب است.
- 3- بهترین رازدار دوستان خود باشید، و در غیاب شان برای شان دعای نیک بخواهید.
- 4- بادوستان خود کمک کنید، و اگر سخن خلاف دین، کردار خوب، و راه و روش جامعه میگفتند تائید نکنید.
- 5- بافا میل و والدین دوستان خود معرفی شوید، از مشوره و دعا های نیک شان خود را مستفید کنید.

آداب ملاقات

- 1- در ابتدای ملاقات قبل از سلام دادن گفتگور را آغاز نکنید.
- 2- هنگام ملاقات از تهنه دل اظهار خوشی کنید و با استعمال الفاظ خوب به جانب مقابل پاسخ بگویند.
- 3- در مصافحه با کمال خلوص دست بدید، مانند بیمار نباشید زیرا جانب مقابل با چنین عمل خفه می شود.
- 4- در اوقات مخصوص (صبح صادق، حین چاشت، ناوقت شب) از رفتن برای ملاقات گریز کنید، زیرا باعث زحمت به دوست و فامیل شان می شود.
- 5- زنگ دروازه کسی را بار بار نزنید، بلکه بعد از سه باز زنگ زدن اگر کسی نه آمد، پس بروید.
- 6- اگر برای ملاقت کسی میروید پس لباس پاک را به تن کنید.
- 7- اگر به خانه دوست خود برای ملاقات میروید، گاه گاهی در بردن تحفه و یا هم میوه موسمی حرج نیست.
- 8- اگر کسی از دوستان شما بیمار بود تمام مصروفیات را کنار گذاشته برای احوال پرسشی شان بروید.
- 9- هر یک شخصی که برای ملاقات شما به خانه آمد، به پیشانی باز خوش آمدید بگوید، هیچ وقت از کسی پرسان نه کنید که: چرا آمدی؟ این یک عمل ناپسندیده است.
- 10- هنگام رخصت شدن با همدیگر ضرور سلام کنید.

استعمال انترنیت

- 1- کمپیوتر باید در جای گذاشته شود که زیر نظر بزرگان فامیل باشد.
- 2- در هر صورت استعمال کمپیوتر باید در جای مشترک شود.
- 3- وقتیکه متعلم کتب یا مدرسه می باشد، از استعمال شبکه های اجتماعی (فیس بوک) دور باشید، و یا هم برای آموزش چیزهای جدید استعمال کنید.
- 4- از استعمال غیر ضروری انترنت اجتناب کنید.
- 5- برای استعمال انترنت وقت را مختص کنید تا اینکه وقت تان ضایع نه شود.
- 6- در نتیجه استفاده زیاد از کمپیوتر ولپ تاپ و یا هم موبائل دید (نظر) خراب می شود.
- 7- بعض اوقات متعلمین حساب (اکاونت) های جعلی میسازند و سبب آزار و اذیت مردم می شوند، این کار ناپسندیده است و تاثیر منفی بالای درس و مطالعه دارد.
- 8- تماشای فلم های غیر اخلاقی ضرر جبران ناپذیر دارد.
- 9- بازی (گیم) های آنلاین دل و مغز را نیز خیلی متاثر می سازد.
- 10- استعمال انترنت در حین مجلس یا محفل بد اخلاقی است، و از این عمل تا حد الو سح اجتناب کنید.

آداب راه رفتن

- 1- بدون کفش راه نروید خواه سفر مختصر چرا نباشد.
- 2- همیشه کفش و جامه مناسب پوشیده از خانه خارج شوید.
- 3- چیزهای تکلیف ده را از مسیر راه دور کنید.
- 4- مراقب محافظت نظر (چشمان) خود باشید.
- 5- سمت راست قدم بزنید (راه بروید).
- 6- در صورت ضرورت اگر خانم از خانه خارج می شوند باید کفش های بلند به پا نکنند و زیورات را به تن نکنند.
- 7- در راه و جاده ها خوردن و نوشیدن مناسب نیست، همچنان غذاهای روی جاده ها را اگر ضرورت نباشد استفاده نکنید.