بسم الله الرحمن الرحیم

توصیه‌هایی از مرحوم آیت‌الله کشمیری(ره) برای بهره‌مندی بیشتر از ماه مبارک رمضان

\*حتما دقایقی از ساعات رازآمیز روزه داری خود را به برترین عبادت اختصاص دهید و آن هم چیزی نیست جز «تفکر» باخود وخدای خود خلوت‌ کنید. خصوصاً به نوع رابطه حضرتش با خودتان بیندیشد امید است ابوابی از معرفت به رویتان باز شود.

هرچه کوته نظرانند برایشان پیمای

که ‌حریفان ز مُل و من ز تأمل مستم

\*یکی از مهمترین حالتهای بندگی خصوصا در رمضان المبارک حالتیست که توصیه مؤکد نبی مکرم(ص) است و آن « سجده طولانی» می باشد. فقط خداو اولیاء الهی می دانند می دانند هنگام سجده عبودیت چه بارانی از ابر رحمت و چه برکاتی از عالم ربوبیت بر سرشما می بارد.حتماً در روز یک سجده طولانی داشته باشید.

بر آستان جانان گر سر توان نهادن

گلبانگ سر بلندی بر آسمان توان زد

\* آغاز ماه رمضان حتماً نیت کنید که لله روزه بگیرید فقط لله.آداب روزه داری را تا آنجا که نشاط دارید انجام دهید .کمیت گرا نباشید کیفیت جو باشید.دنبال ختم آیات وادعیه نباشید. درپی هضم آنها باشید. غذای اندک را خوب بجوید تا جزء جانتان شود. بزرگترین مشکل ما قشری نگری به دین و شریعت است.با خود فکر کنید آنقدر در سال های قبل با ولعِ زیاد خوانی اعمال انجام دادید به کجا رسیدید.

به مجاز این سخن نمی گویم

به حقیقت نگفته ای الله

\* حتی المقدور بر سفره خانه خود افطار کنید حتی در مساجد افطار نکنید.بگذارید برکت افطار و دعای مستجاب لحظه ی افطار به خانواده وخانه شما تعلق گیرد. در ضمن هنگام افطار دِلال کنید.

لقمه کآمد از طریق مشتبه

خون‌خور وخاک وبرآن دندان منه

کان تورا در راه دین مفتون کند

نور عرفان از دلت بیرون کند

دلال چیست ؟

در اول دعای افتتاح عرض می کنیم « مدلاً علیک»، دلال با کسر دال یعنی ناز کردن. هنگام افطار برای خدا ناز کنید چون برایش روزه‌گرفتین وحضرتش خوان کرم گسترده لقمه اول را نزدیک دهان ببرید اما نخورید و دعا کنید. یعنی به خدا عرض می کنید اگه حاجتم را بدهی افطار می کنم به این حالت دلال می گویند؛ معجزه می کند.

\* رمز ماندگاری در ضیافت الهی رمضان کیمیای« حُسن خلق » است. با فرزندان، خویشان و دوستان خود با اکسیر حسن خلق ومهربانی برخورد‌کنید. همیشه خصوصاً در این ماه خوش برخورد باشید.لحظه عصبانیت و خشم شما همان لحظه اخراج شما از این مهمانی الهیست.

به حسن خُلق توان کرد صیدِ اهل نظر

به دام و دانه نگیرند مرغ دانا را

\* کشتی رؤیایی رمضان سوار بر امواج دریای «اشک» به ساحل نجات می رسد. ازخدای سبحان در این ماه خصوصاً اسحار سحرآمیز آن اشک و گریه درخواست کنید. البته شرط سحرخیزی واشک ریزی دلشکسته داشتن است.

اشک را کز بهر حق بارند خَلق

گوهراست و اشک پندارند خلق

\* از ابتدای ماه رمضان باید هدف گذاری شما « لیلة القدر» باشد که جان جان رمضان است. در این خصوص سخن زیاد است لیکن« مصلحت نیست که از پرده برون افتد راز». فقط سعی کنیم شب قدر در ما واقع شود نه درماه.

تو لیلة القبری برو تا لیلة القدری شوی

چون‌ قدر مر ارواح را کاشانه شو کاشانه شو

\* این ماه ماه «ربیع القرآن» ماست. در این بهار قرآنی هرروز یک آیه را انتخاب کنید و تا افطار به طور متناوب تلاوت و در پیرامون آن تدبر نمایید امید است دم دمای افطار آن آیه برای شما پرده از رخسار بردارد .

معنی قرآن زقرآن پرس وبس

وزکسی کآتش زده اندر هوس

\* بالامام تمام الصلاة والصیام. در سراسر ماه رمضان توجه شما به روزه دارحقیقی و انسان کامل یعنی وجود ذی جود حجة بن الحجج البالغة (عج)نمی بایست منقطع شود. روزه و نماز وبندگی شما از کانال آن حضرت به بارگاه باری تعالی بار می یابد.

تو‌مگو ما را بدان شه بار نیست

با کریمان کارها دشوار نیست