



### ✿ مسابقه و نذر فرهنگی:

تعیین یک کتاب درباره واقعه عاشورا یا زندگی امام حسین علیه السلام و خواندن آن و بعد طرح سوالاتی از متن کتاب و مسابقه ای بین اعضای خانواده می تواند از فعالیت های جانبی روضه خانگی باشد.

همچنین می توانید دایره این مسابقه را فراتر از خانواده ببرید و در گروه فامیلی یا دوستان هم این طرح را پیاده کنید. می توانید کتاب را برای هر نفر از اعضای خانواده پست کنید و بعد سوالات را به اشتراک بگذارید.

هدیه کتاب هایی با موضوع محرم و عاشورا در برنامه های مخصوص کتاب خوانی به دوستان و اقوام نیز از مصادیق نذر فرهنگی است. می توانید در آسانسور آپارتمان محل سکونت یا تابلوی اعلانات هر روز روضه کوتاهی را بنویسید و نصب کنید، کتاب آه محتوای مناسبی برای این کار در اختیار شما قرار می دهد.

### ✿ از فضای مجازی غافل نشوید

برای هیات خانگی تان نامی انتخاب کنید، انتخاب نام باعث می شود هیات هویت پررنگ تر در ذهن و نگاه فرزندان داشته باشد. می توانید کانال یا صفحه ای برای هیات خود در فضای مجازی ایجاد کنید و با همفکری و همراهی فرزندان محتوایی از فعالیت های هیات تهیه و در آنجا قرار دهید، آنچه شما انجام داده اید و تجربه کرده اید می تواند برای خانواده های دیگر نیز موتور محرکه ای باشد و ایده های جدیدی را به ذهن آنها برساند.

این روزها با دسترسی به شبکه های مجازی این مکان فراهم است که هیات خانگی تان را به صورت آنلاین پخش کنید. با رعایت حدود و حریم خانه و خانواده، این امکان که بقیه اعضای فامیل نیز از هیات شما بهره ای ببرند، ایده خوبی است برای همراهی باقی اعضای فامیل. این روزها امکان استفاده از منبر بسیاری از سخنرانان به صورت مجازی فراهم است، می توانید زمان بندی برنامه هیات تان را طوری تنظیم کنید که با زمان سخنرانی تداخلی نداشته باشد و در کنار خانواده از منبر نیز استفاده کنید. با بررسی و گفت و گو با فرزند نوجوانان می توانید فهرستی از سوالات و علاقه مندی های او را نسبت به مسائل دینی و اخلاقی و واقعه عاشورا به دست آورید و بر مبنای آنها از

گنجینه سخنرانی های ارزشمند سال های گذشته علما و روحانیون و سخنرانان که روی سایت های اینترنتی موجود است، استفاده کنید. همچنین با بررسی موضوع سخنرانی های تان به علاقه مندی خانواده یک منبر را انتخاب کنید و به همراه فرزندان بزرگ تر خود با آن همراه شوید. برای کودکان زیر هفت سال مساله آشنایی با واقعه عاشورا نباید به صورت مستقیم و با جزئیات باشد، هضم اتفاقات و ظلم های انجام شده در روز عاشورا و حتی علت انتخاب و تصمیم افراد حاضر در واقعه کربلا برای کودک سخت و دشوار است و ممکن است او را با سوالاتی مواجه کند که پاسخ دادن به آنها از قدرت درک کودکان خارج باشد و همین سوالات می تواند زمینه ساز برداشت غلط یا حس ناخوشایند نسبت به این دوران شود.

به همین علت بهتر است برای کودکان خاطره حس خوشایند بودن در هیات و مراسم و همچنین تعلق خاطر نسبت به این دو ماه را فراهم کنید، اگر سوالی درباره جزئیات واقعه عاشورا از شما پرسیدند بهتر است اشاره مستقیمی به ماجرا نکنید، تلاش کنید بچه ها در معرض روضه های باز قرار نگیرند، برخی از این روضه ها برای بزرگسال هم ثقیل و دردآور است و ممکن است تصویر غلطی را در ذهن کودک نسبت به محرم شکل دهد.

### ✿ تعزیه و پرده خوانی:

در میان اقلام فرهنگی مناسب ایام محرم، برای گروه سنی نوجوان، روایت هایی از روز عاشورا تهیه شده و در قالب پرده های بزرگ رنگی موجود است. می توانید روی بنر چاپ کنید یا تصویر آن را در تلویزیون خانگی نمایش دهید و خودتان یا فرزندان به شیوه پرده خوانان داستان را روایت کنید.

پیش از آن برای این که ذهن فرزندان به اصل ماجرای پرده خوانی نزدیک شود، می توانید درباره پرده خوانی و تاریخچه و نحوه اجرای آن جست و جو کرده و حتی فیلم های کمکی در این زمینه مشاهده کنید. در این مسیر ممکن است به هنر اصیل تعزیه خوانی برسید؛ اگر فرزندان تمایل نشان داد، تجربه خواندن تعزیه ای ساده در خانه، تجربه ماندگاری خواهد بود، می توانید با حفظ فاصله ایمن از پدر بزرگ و مادر بزرگ ها هم در صورت موافقت فرزندان برای دیدن تعزیه دعوت کنید.

### ✿ شب های به یاد ماندنی

ممکن است ۱۰ روز پرفشاری را پیش رو داشته باشید، پر از گفت و گو و فعالیت به همراه برنامه های متنوع. پیش از هر چیز اولویت خود را تعریف کنید، هدف از روضه خانگی زنده نگاه داشتن عزای ابا عبا... است و در این مسیر شما خادم عزادار حسینی هستید.

اجرای تمام جزئیات یک هیات ممکن است کاری سخت و انرژی بر باشد، در صورت نیاز مراسم را به سادگی برگزار کنید، مهم جاری بودن این یاد در خانه شماست. اگر قرار بود همراه فرزندان به هیاتی بروید مطمئناً همراه خود خوراکی و اسباب بازی و

دفتر نقاشی هم می بردید، این برنامه را در خانه هم اجرا کنید و اسباب بازی مخصوص شب های هیات در نظر بگیرید. چای و خرما یا حلوائی برای هیات تهیه کنید که باعث شود از باقی ساعات روز برای فرزندان متمایز شود. می توانید لباس مشکی که در هیات خانگی تان می پوشید بالباس مشکی خانگی متفاوت باشد تا جنبه رسمی تری به مراسم شما بدهد. دو ماه محرم و صفر، دو ماه غم و اندوه اهل بیت و شیعیان است و این عزادار بودن باید در خانه و خانواده ما نیز انعکاسی داشته باشد. ما این تصمیم و روش زندگی را بر اساس اعتقادی گرفته ایم که کودکان امکان درک آن را در سال های ابتدایی کودکی ندارد و بهتر است حس تعلق و جزئی از یک

آیین مذهبی - خانوادگی بودن را در کودک فعال کنیم، خاطره خوش روزهای روضه و عزاداری را برای او ثبت کنیم، خاطره این روزها نباید تنها غم و اندوهی باشد که کودک درک عمیقی از آن ندارد، اگر فرزندان تمایلی به شنیدن نوحه و روضه نداشت، این مساله را این طور برداشت نکنید که فرزندان به مفاهیم دینی بی اهمیت و ممکن است حزن و اندوهی که در اشعار است برای او سنگین باشد و روح کوچک او را غمگین کند. به درخواستش احترام بگذارید و در مراحل بعدی نوحه خوان های کودک را انتخاب کنید. این سال های در مراسم عزاداری اشعار پرشوری خوانده می شود که بچه ها هم آنها را به خاطر شور جاری در خواندن دوست دارند.

### ✿ نذری:

چای روضه امام حسین علیه السلام روح و عطر و طعم ویژه ای دارد. در مراسمی که تدارک دیده اید، مسئولیت پخش چای و قند را می توانید یکی از مسئولیت های مهم و پررنگ به حساب آورید، ارزش و شأن و احترامی که برای عزاداران ابا عبا... وجود دارد از رعایت همین جزئیات قابل انتقال است و گاهی باعث ایجاد گفت و گویی میان شما و فرزندان می شود و قادر خواهید بود که از دلایل این شأن و مقام سخن بگویید.

گرچه این روزها نمی توانید با سینی پر از چای در میان عزاداران حسینی بگردید و پذیرایی کنید اما می توانید چای را به خانه آنها ببرید و هر خانه را با



عطر چای روضه تان پر کنید. در بسته های کوچکی چای و گل محمدی قرار دهید. می توانید شعر چای روضه فاضل نظری را نیز ضمیمه آن کنید و به همراه فرزندان تان با رعایت شرایط ایمنی به در خانه همسایه ها ببرید، این آب می توان از چشمه خانه

شما بجوشد و در خانه های دیگر نیز جاری شود و هیات های خانگی جان بگیرد و به سبب همین داستان کوچک سینه زن، سال دیگر دوباره در کنار هم توفیق عزاداری داشته باشیم. نذری دادن و اطعام عزاداران حسینی یکی از برنامه های هیات های عزاداری است. برای این بخش هم می توانید از بچه ها کمک بگیرید. در مراحل پخت غذا و تهیه پذیرایی فرزندان را در خیل کنید.

از ابتدای شروع پخت غذا نیت غذای نذری امام حسین را بیان کنید. در تهیه غذا محدودیتی قائل نشوید. مساله مدل غذا و مقدار و میزان پذیرایی نیست بلکه ماهیت و اهمیتی است که خانواده به جزء جزء این مراحل می دهد.