

پنجاه و چهارمین جلسه

شرح و تفسیر صحیفہ سجادیہ

حجت الاسلام والمسلمین استاد حاج علی اکبری



دعای چهل و چهارم

۱۳۹۳/۰۴/۰۲

## فهرست

- دعایی برای بهره‌برداری از ماه رمضان
- روزه‌ی جوارحی
- طرحی تازه برای زندگی
- روزه‌ی جوانحی
- ماه مبارک رمضان ماه دستیابی به نماز حقیقی
- تقویت خطوط تماس اجتماعی
- دعا برای یکدیگر در ماه دعا

## بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

### دعایی برای بهره‌برداری از ماه رمضان

موضوع بحث ما به عنوان استقبال از ماه مبارک رمضان، مراجعه‌ای بود به چهل و چهارمین دعای صحیفه‌ی مبارکه‌ی سجّادیه که عنوانش این است: «وَكَانَ مِنْ دُعَائِهِ عَلَيْهِ الصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ إِذَا دَخَلَ شَهْرُ رَمَضَانَ»

دعای چهل و چهارم نقشه‌ی راه برای مؤمنین است تا بتوانند از ظرفیت‌های بی‌پایان ماه مبارک رمضان به شایستگی استفاده کنند. دو مسئله‌ی اساسی در این دعای نورانی مطرح شده است: مطلب اوّل عبارت است از شناخت ماه مبارک رمضان؛ مطلب دوم عبارت است از برنامه‌ی عمل در این ماه.

مطلع این دعای نورانی یک نوع رمزگشایی از ظرفیت‌های ماه مبارک رمضان و به نوعی رونمایی از این ماه متفاوت است. جمله‌ی اوّل که «الْحَمْدُ لِلّٰهِ الَّذِي هَدَانَا لِحَمْدِهِ» یک نوع براعت استهلال دارد،<sup>۱</sup> ناظر به زیبایی‌ها و ظرفیت‌ها و ابعاد این ماه بزرگ و عظیم است. اولیاء

---

۱. براعت استهلال، یکی از صنایع معنوی علم بدیع است و آن، آغاز کردن شعر یا نثر با کلماتی زیبا و ساده و روشن است که با اشاره‌ای لطیف و متناسب - و نه به تصریح و آشکار - به اصل مقصود رهنمون باشد؛ چنان‌که خواننده ادامه آن را دریابد. لفظ «براعت» در عربی به معنای برتری یافتن در دانش و فضیلت و جمال، و «استهلال» به معنای برآمدن ماه نو یا نخستین گریه نوزاد، و روی هم رفته در ادب، مجازاً به معنای برتری دیباچه کلام و نیکو آغاز کردن سخن است.

خدا یک سال منتظر ماه مبارک رمضان هستند و مثل ما نیستند که از اواخر ماه معظم شعبان به ماه خدا توجه پیدا می‌کنیم. مردان الهی به محض اینکه این ماه تمام می‌شود، چشم امیدشان دوباره به ماه مبارک رمضان و «لَيْلَةُ الْقَدْرِ» است؛ زیرا ماه رمضان را می‌شناسند و می‌دانند ماه رمضان چیست. «شَهْرُ اللَّهِ» با همه‌ی معانی و زیبایی‌های خاص خودش، تأمین‌کننده‌ی اصلی زادراه سفر ابدیت است. برای کسی که مسافر ابدیت است، توشه‌ی ویژه را ماه مبارک رمضان تأمین می‌کند؛ لذا چشم امید به ماه رمضان است. توشه‌ی مخصوص از «لَيْلَةُ الْقَدْرِ» فراهم می‌شود؛ به همین علت فرمودند: «وَلَا يَكُونَنَّ الرَّمَضَانُ عِنْدَكُمْ كَعَبْرَةٍ مِنَ الشُّهُورِ؛<sup>۲</sup> ماه رمضان همچون سایر ماه‌ها برایتان نباشد». مواظب باشید ماه رمضان شما مثل سایر ماه‌هایتان نباشد؛ بلکه باید از هر جهت تفاوت داشته باشد.

انسان مؤمن با چنین نگاه و شناختی منتظر ماه مبارک رمضان است؛ از این رو انتظارش یک انتظار پویا و فعال است. انتظار فعال به معنای مهیا کردن ذهن و روان و روح و جسم انسان برای رسیدن به ماه مبارک رمضان است. این برنامه‌ی مؤمن تا قبل از ماه مبارک رمضان است. وقتی که این ماه عزیز فرارسید، از لحظه‌ی ورودش طبق برنامه و آمادگی‌ای که از قبل داشته، عمل می‌کند تا لحظه‌ی پایانی این ماه. یعنی وارد یک برنامه‌ی کاملاً متفاوت می‌شود.

جان کلام در فراز قبلی این بود: «وَالْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي جَعَلَ مِنْ تِلْكَ السُّبُلِ شَهْرَهُ رَمَضَانَ»، یعنی از راه مخصوصی که خدای متعال بین خود و بندگانش قرار داده، انسان را می‌برد؛ یعنی

۲. شیخ صدوق، فضائل الأشهر الثلاثة، ص ۹۶. این کتاب درباره‌ی فضیلت و اعمال ماه‌های رجب، شعبان و رمضان است.

اگر انسان خودش را در این راه قرار بدهد و تسلیم کند، به امر الهی او را می‌برند، مجذوب می‌شود و بی‌سر و پا در این راه می‌رود تا ان‌شاءالله به مقصد برسد که وصال «لَيْلَةُ الْقَدْرِ» است؛ یعنی شرفیابی به ولایت الهی و استقرار در «بَيْتُ الْحَمْد» که محضر حجت کامل است.

اما برنامه‌ای که در این متن نورانی ارائه شده، از این جمله آغاز می‌شود: «اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَيَّ مُحَمَّدٍ وَآلِهِ، وَ أَلْهِمْنَا مَعْرِفَةَ فَضْلِهِ وَ إِجْلَالَ حُرْمَتِهِ»، ما در ذیل توسل به محمد و آل محمد (علیهم السلام) و شفیع قرار دادن آن حضرات - صلوات در اینجا به همین معنا است - از خدای متعال می‌خواهیم که: «وَ أَلْهِمْنَا مَعْرِفَةَ فَضْلِهِ وَ إِجْلَالَ حُرْمَتِهِ»، شناخت برتری و فضیلت و شکوه و عظمت این ماه را به ما الهام کند. «وَ التَّحَفُّظَ مِمَّا حَظَرْتَ فِيهِ»، از سوی دیگر معرفت‌ش را به ما الهام کند و کمک کند تا حرمت این ماه را پاس بداریم و به فرقه‌های این ماه نزدیک نشویم.

«مِمَّا حَظَرْتَ فِيهِ» همان فرقه‌ها است که انسان باید حواسش باشد که وارد حرمت گاه و قرق‌گاه نشود.

### روزه‌ی جوارحی

اولین برنامه را اینجا امام (علیه السلام) با زیبایی خاصی بیان کرده‌اند. اولین برنامه‌ی انسان مؤمن در ماه مبارک رمضان، توسعه‌ی روزه‌ی حکمی است. روزه‌ی حکمی همین است که از طلوع فجر، یعنی دمیدن سپیده، از خوردن و آشامیدن و اعمالی که در رساله احکام بیان شده، تا غروب خورشید اجتناب کنیم. این می‌شود روزه‌ی حکمی که همه با آن آشنا هستیم. اینجا امام (علیه السلام) شما را یک قدم جلو می‌برد و آن عبارت است از توسعه‌ی روزه به همه‌ی اعضاء و جوارح: «وَ أَعِنَّا عَلَي صِيَامِهِ بِكَفِّ الْجَوَارِحِ عَنْ مَعْاصِيكَ» این نخستین گام است. اینکه انسان در ماه مبارک رمضان مجموعه‌ی اعضاء و جوارحی که در اختیارش است، همه را

از معاصی حفاظت کند و به بیان دیگر، همه‌ی اعضا و جوارحش روزه بگیرند. روزه‌ی جوارحی از کارهای بسیار بزرگ و مهم در ماه مبارک رمضان است و کار آسانی نیست. بنابراین از همین حالا باید بر اساس شناختی که از خود داریم، یک جدول برای خود تهیه کنیم.

امام (عَلَيْهِ السَّلَام) در ادامه، بیان خود را تفصیل می‌دهند و می‌فرمایند: «وَاسْتَعْمَالِهَا فِيهِ بِمَا يُرْضِيكَ»، این جنبه‌ی اثباتی است؛ یعنی استفاده از اعضا و جوارح در مسیر رضای الهی. پس دو قاعده‌ی عمومی بیان شد: یکی اینکه انسان اعضا و جوارحش را از آلوده شدن به گناه حفاظت کند. این نیمی از روزه‌ی جوارحی است. نیم دیگرش این است که اعضا و جوارحش را در مسیر رضای الهی فعال کند و به کار بگیرد.

جمله‌ای که لازم است یادآوری شود و باید تکرار گردد، این است که با نهایت تأسّف، دنیاشناسی ما خیلی ضعیف است. خداوند تبارک و تعالی تمام فرصت‌های شکفتن، طلوع کردن، پرواز کردن و انسان شدن را همین‌جا برای ما قرار داده است. ما منتظر چه عالمی هستیم؟ هیچ عالم دیگری برای رشد و توشه گرفتن وجود ندارد.

این تسویف - امروز و فردا کردن - چه دردی است که ما به آن مبتلا هستیم؟ دائماً می‌گوییم: بعداً، بعداً کی است؟! پس چه زمانی زاد و توشه‌ای فراهم کنیم؟ فقط همین چند روز کم و اندک را فرصت داریم؛ آن‌هم در همین سرای فانی و دانی که خیلی پست است و خیلی زود تمام می‌شود. همین سرای دانی فانی، منبع اصلی تمام فضیلت‌ها و میدان اصلی کسب همه‌ی زیبایی‌ها و مکارم است. آخرت با تمام ابعاد، ظرفیت‌ها و عظمتش در گرو همین‌جا است. بنابراین دنیا را قدر بدانیم. قدر نمی‌دانیم، زیرا تنبل، بی‌حال و کم‌کار هستیم. اگر می‌دانستیم چقدر دنیا قیمتی

است، از ثانیه‌ها و تک تک لحظه‌هایش استفاده می‌کردیم. چرا دنیا را نمی‌شناسیم؟ چون آخرت و ابدیت را نمی‌شناسیم. اگر اندکی ابدیت‌شناسی، آخرشناسی و آخرت‌شناسی نصیبمان شود، آن وقت متوجه می‌شویم که هرچه می‌خواهیم، همین‌جا است. آن وقت می‌فهمیم که: من که امروز بهشت نقد حاصل می‌شود/ وعده‌ی فردای زاهد را چرا باور کنم؟ فردایی که لسانُ الغیب می‌گوید، فردای آخرت نیست؛ فردای تسویفی و خیالی است. وعده‌ی کدام فردا را دائم به خود می‌دهیم؟ امروز بهشت نقد حاصل می‌شود؛ بهشت همین‌جا است، کجا می‌خواهید دنبالش بگردید؟

اگر به این مسئله چند روز فکر کنیم، آن وقت متوجه می‌شویم که خداوند تبارک و تعالی در متن همین دنیای دانی فرصت‌هایی را تعبیه کرده که در آن فرصت انسان می‌تواند ره هشتادساله را یک شبه برود. می‌شود: «لَيْلَةُ الْقَدْرِ خَيْرٌ مِّنْ أَلْفِ شَهْرٍ»<sup>۳</sup> شب قدر از هزار ماه ارجمندتر است». اینکه ره هشتادساله را می‌شود یک شبه رفت، هنر شب قدر است. آن وقت کسی که برای استفاده از فرصت‌های عمرش، برای لحظات و ساعاتش برنامه‌ریزی می‌کند، برای ماه مبارک رمضان چه می‌کند؟

از این دنیا می‌توان برای آن دنیا نور ذخیره کرد. قرآن کریم با ترسیم مواجهه‌ی مؤمنین و منافقین در قیامت، می‌فرماید: «قِيلَ ارْجِعُوا وَرَاءَكُمْ فَالْتَمِسُوا نُورًا»<sup>۴</sup> گفته می‌شود: بازپس برگردید و نوری درخواست کنید». اما بازگشتی وجود ندارد. کسانی که در این دنیا در غفلت

---

۳. قدر: ۳.

۴. حدید: ۱۳.

به سر می‌بردند، در آن دنیا که چشمشان باز می‌شود، می‌گویند: «رَبِّ ارْجِعُونِي لَعَلِّي أَعْمَلُ، صَالِحًا فِيمَا تَرَكْتُ؛<sup>۵</sup> پروردگارا، مرا بازگردانید، شاید من در آنچه وانهادهام کار نیکی انجام دهم».

دوزخیان، چهره‌ی پر نور مؤمنین را در دروازه‌ی بهشت یک لحظه می‌بینند و دیگر امکان دیدن برایشان فراهم نمی‌شود. یک لحظه است؛ آن‌هم لحظه‌ی حسرت است. وقتی توقع نور می‌کند، به او یک جمله می‌گویند: «ارْجِعُوا وَرَاءَكُمْ فَالْتَمِسُوا نُورًا؛ بازپس برگردید و نوری درخواست کنید». اگر این نور را می‌خواهید، باید به دنیا بروید، این طرف خبری نیست؛ هر چه می‌خواهید آنجا است.

این عمر چقدر قیمتی است و ما چقدر آن را ارزان می‌فروشیم؟! لحظه‌لحظه‌اش می‌تواند شعله‌شعله نور باشد برای سفر ابدی ما.

ماه مبارک رمضان فرصت ویژه‌ی نورگرفتن است. طبق آنچه که امام سجّاد (عَلَيْهِ الصَّلَاةُ وَ السَّلَام) اینجا فرمودند، برای چشمستان، گوشستان، زبانستان، دست‌تان و پایتان برنامه‌نویسی کنید. این کاری است که ما هیچ‌وقت انجام نمی‌دهیم.

### طرحی تازه برای زندگی

روزی جوارچی این است که انسان با خود بگوید: من در ماه مبارک رمضان می‌خواهم طرح تازه‌ای در زندگی‌ام داشته باشم. اهمیّت فوق‌العاده‌ی این برنامه‌ریزی به علت شناخت شما از آسیب‌ها و ضعف‌های خودتان است. خود را بررسی کنید و ببینید که ضعف‌هایتان عمدتاً کجا

۵. مؤمنون: ۹۹ - ۱۰۰.



است؟ چشم است؟ زبان است؟ گوش است؟ همه اش است؟ چه کار باید بکنم؟ این ماه یک ماه متفاوت است. این شد مطلب اول.

از همین جا حضرت شروع می کنند: «حَتَّى لَا نُصْغِيَ بِأَسْمَاعِنَا إِلَى لَعْوٍ»، من در ماه رمضان می خواهم لغو نشنوم. اینجا باز حضرت یک مرحله شما را بالاتر می برد. نمی فرماید: «لَا نُصْغِيَ إِلَى حَرَامٍ» نمی گوید غیبت نشنوم که گناه کبیره است؛ می گوید لغو هم نشنوم. زیاده های بیهوده نشنوم.

به همین ترتیب، بقیه اعضا را هم می فرماید: «وَلَا نُسْرِعْ بِأَبْصَارِنَا إِلَى لَهْوٍ» با چشمم به سوی لهو و بیهوده ها و زیاده ها و ابتذال های دیداری پیشی نگیرم؛ تا چه رسد به صحنه های حرام. امام سجّاد (عَلَيْهِ الصَّلَاةُ وَ السَّلَام) در رساله ای حقوق ذیل «حَقُّ الْبَصَرِ» می فرماید: «وَوَتَرَكَ ابْتِدَالَهِ» نه فقط «عَضَّةُ عَمَّا لَا يَجِلُّ لَكَ» که چشمت را از آنچه که حلال نیست بیوشانی؛ بلکه: «وَوَتَرَكَ ابْتِدَالَهِ» بلکه از آنچه که پسندیده هم نیست، انسان چشم پوشی کند.

این برنامه ای ماه مبارک رمضان است. کسانی که به دنبال برنامه ای عملی برای بهره برداری از این ماه مبارک هستند، دنبال چیزهای عجیب و غریب و پیچیده نباشند. از همین جا است که انسان می رسد به آنجایی که باید برسد.

حضرت راجع به دست ها، در مورد پاها و درباره ی مراقبت از خوراکی ها می فرماید: «وَوَحْتَى لَا نَبْسُطُ أَيْدِينَا إِلَى مَحْظُورٍ وَ لَا نَخْطُو بِأَقْدَامِنَا إِلَى مَحْجُورٍ وَ حَتَّى لَا تَعْيَ بُطُونُنَا إِلَّا مَا أَحَلَّتْ» این هم خیلی مشکل است: «وَوَلَا تَنْطِقُ أَلْسِنَتُنَا إِلَّا بِمَا مَثَلَتْ»، زبان ما گشوده نشود، جز برای آنچه که تو بر ما واجب و لازم کردی و فقط سخنی را که واجب است، بگوئیم.

همه‌ی اهتمام ما این باشد که در این ماه از تو پاداش بگیریم و آنچه را انجام بدهیم که ما را به پاداش تو برساند و از هر چیزی که باعث عقاب و خشم تو می‌شود، خود را حفظ کنیم.

از اینجا به بعد یک قدم بالاتر می‌رود. تا اینجا روزه‌ی جوارحی بود که اعضاء و جوارح ما روزه‌دار باشند. دو شرط روزه‌ی جوارحی عبارت بود از: ۱. حفظ تمام اعضا و جوارح از افتادن به معصیت؛ ۲. به‌کارگیری آنها برای فراهم کردن رضای الهی. مثلاً درباره‌ی چشم این‌گونه است که مراقب نگاه‌های حرام و مکروه باشیم و به همین نسبت آن را در تلاوت قرآن، تماشای پدر و مادر، نگرستن به جمال عالم الهی و ربّانی، نظاره کردن آیات آفاقی و انفسی، فعال کنیم. بقیه‌ی اعضاء و جوارح هم به این ترتیب. یعنی چشم و گوش و زبان و دست و پا و شکم و شهوت ما حفاظت شده و در صیام باشند، که هرچه که شیطان به آنها تعارف کرد، بگویند: من روزه هستم. شیطان دائم ما را به گناه دعوت می‌کند و به ما پیشنهاد می‌دهد. هنگامی که انسان روزه است، چنانچه کسی به انسان تعارف کند، می‌گوید: نه، من روزه‌ام و نمی‌توانم چیزی بخورم. آنجا هم همین، هر نوع پیشنهاد شیطانی رسید، اعضا و جوارح بگویند: من در صیام هستم.

### روزه‌ی جوانحی

تا اینجا روزه‌ی جوارحی بود. از اینجا یک قدم بالاتر می‌رود و آن عبارت است از روزه‌ی جوانحی. این چند جمله ناظر به این بخش است: «ثُمَّ خَلَّصَ ذَلِكَ كُلَّهُ مِنْ رِبَاءِ الْمُرَائِينَ، وَ سَمِعَةَ الْمُسْمِعِينَ، لَا نُشْرِكُ فِيهِ أَحَدًا دُونَكَ، وَ لَا نُنْبَغِي فِيهِ مُرَادًا سِوَاكَ»، دل ما نیز جز تو چیزی را نخواهد و همواره متوجه تو باشد. «وَ لَا نُنْبَغِي فِيهِ مُرَادًا سِوَاكَ» در کارهایی که انجام می‌دهیم، برنامه‌ای که می‌ریزیم، مراقبت‌هایی که می‌کنیم، گناہانی که ترک می‌کنیم، کارهای خوبی که

انجام می‌دهیم، در همه‌ی این کارها، فقط دنبال رضای تو باشیم و فقط تو را بخواهیم. چشم از همه‌ی خلق بیوشیم و نگاهمان به تو باشد و مراد ما فقط تو باشی. این می‌شود روزه‌ی جوانحی. مقدمه‌اش هم ترک ریا و سُمعه و چیزهایی است که فرمودند. اوجش این جمله است: «ما فقط تو را بخواهیم». اینها شدنی است و آرزویی صرف نیست؛ زیرا در دعا آمده است. لذا انسان باید به این سمت برود و این را بخواهد.

در زمانه‌ی ما به قدری حجت رسیده برای اینکه این حرف‌ها شدنی است که دیگر هیچ عذر و بهانه‌ای پذیرفتنی نیست. روزگاری بود که باید می‌گشتی تا چنین افرادی را پیدا کنی؛ اما در این روزگار اسم این حجت‌ها بالای سر تمام کوجه‌های ما است.

«وَلَا نَبْتَغِي فِيهِ مُرَادًا سِوَاكَ»، همان چیزی است که در مناجات شریفه‌ی شعبانیه با بیان دیگری آن را می‌خواهیم و می‌گوییم: «هَبْ لِي قَلْبًا يُدْنِيهِ مِنْكَ شَوْقُهُ». «هَبْ لِي» یعنی اینکه کار من نیست، دست خودت است. به من دلی هدیه بده که مشتاق تو باشد: «يُدْنِيهِ مِنْكَ شَوْقُهُ» زبانی به من بده «وَلِلسَانًا يُرْفَعُ إِلَيْكَ صِدْقُهُ وَنَظْرًا يُقْرَبُهُ مِنْكَ حَقُّهُ» دل و زبان و چشمی که به مقام شامخ روزه دست پیدا کرده، این چنین است. یعنی زبان صائم به من عطا کن، چشم روزه‌دار به من بده، قلب روزه‌دار روزی‌ام کن. روزه‌ی قلب چیست؟ شوق به جمال حق است: «حَتَّى لَا نَبْتَغِي مُرَادًا سِوَاكَ» این روزه‌ی قلب است.

روزه‌ی جوانحی این است. جوارحی‌اش هم این است، چشمی باشد که رعایت حَقِّش او را به تو نزدیک کند. این چه نگاهی است که انسان را به خدای متعال نزدیک می‌کند؟! اینجا هم ظاهراً از خدای متعال اینها را توقع می‌کنیم. گویا از خداوند می‌خواهیم که اعضا و جوارحمان را تعویض کند؛ زیرا آنهایی که نزد ما است، ضایع و خرابش کرده‌ایم. «این دیده نیست لایق

دیدار روی تو/ چشمی دگر ده که تماشا کنم تو را».<sup>۶</sup> ماه مبارک رمضان ماه تعویض است، باید قدرش را دانست.

از اینجا به بعد سراغ مرحله‌ی بالاتر می‌رویم؛ همان مرحله‌ای که در مناجات شعبانیه درخواستش را می‌کنیم و می‌گوییم: «إِلَهِي هَبْ لِي كَمَالَ الْإِنْقِطَاعِ إِلَيْكَ وَ أُنِرْ أَبْصَارَ قُلُوبِنَا بِضِيَاءِ نَظَرِهَا إِلَيْكَ؛ معبودا، مرا به کمال گسستن [از خلق] و پیوستن به خودت رسان و دیده قلبمان را با فروغی که بدان تو را مشاهده کنند، روشن فرما».

این برنامه‌ی اول است که برخی گفتند همین برنامه، برای هفت پشت ما بس است. منتها همّت‌تان را بلند کنید و به این مقدار بسنده نکنید.

برنامه‌ی اول برنامه‌ی روزه است به تفصیلی که گفته شد. روزه‌ی جوارحی و روزه‌ی جوانحی، روی هر دو باید کار کرد.

برای دستیابی به این دو روزه، باید طرّاحی و برنامه‌ریزی داشت؛ همان کاری که شهدای ما انجام می‌دادند و دفترچه‌ی محاسبه داشتند. تمام سخنان، اعمال، رفتار و کردار خود را ثبت می‌کردند. محاسبه و سختگیری و پیگیری داشتند. ما اینها را کنار گذاشته‌ایم و می‌خواهیم به جایی برسیم. معلوم است که نمی‌شود. بدون محاسبه کسی به جایی نمی‌رسد.

### ماه مبارک رمضان ماه دستیابی به نماز حقیقی

اما برنامه‌ی دوم عبارت است از نماز. برنامه‌ی اول روزه بود، برنامه‌ی دوم نماز است؛ «صِيَام» و «قِيَام». این دو در کنار هم انسان را می‌سازند.

دوباره امام (عَلَيْهِ السَّلَام) ما را با یک صلوات ذیل کرامت محمد و آل محمد (علیهم السلام) می‌برد: «اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَآلِهِ، وَاقِفْنَا فِيهِ عَلَى مَوَاقِيتِ الصَّلَوَاتِ الْخَمْسِ بِحُدُودِهَا الَّتِي حَدَدْتَ، وَفُرُوضِهَا الَّتِي فَرَضْتَ، وَوُضَائِفِهَا الَّتِي وَظَّفْتَ، وَأَوْقَاتِهَا الَّتِي وَقَّتَ وَأَنْزَلْنَا فِيهَا مَنَزِلَةَ الْمُصِيبِينَ لِمَنَازِلِهَا، الْحَافِظِينَ لِأَرْكَانِهَا، الْمُؤَدِّينَ لَهَا فِي أَوْقَاتِهَا عَلَى مَا سَنَّهُ عَبْدُكَ وَرَسُولُكَ صَلَوَاتِكَ عَلَيْهِ وَآلِهِ فِي رُكُوعِهَا وَسُجُودِهَا وَجَمِيعِ فَوَاضِلِهَا عَلَى أَتَمِّ الطَّهْوَرِ وَأَسْبَغِهِ، وَأَبْنِ الْخُشُوعِ وَأَبْلَغِهِ» این هم می‌شود برنامه‌ی نماز. ماه مبارک رمضان ماه دستیابی به نماز حقیقی است. اصلاً ماه رمضان شما را به نماز می‌رساند. امام (عَلَيْهِ السَّلَام) درباره‌ی نمازی توضیح می‌دهند که باید شما در ماه مبارک رمضان به آن برسید. نمازی که هم ظاهرش تمام است، هم باطنش؛ در کمال طهارت و پاکیزگی است «أَتَمِّ الطَّهْوَرِ وَأَسْبَغِهِ». نمازی که در رعایت دقیق وقت و حفاظت از وقت است. جالب است که ما در ماه مبارک رمضان اول افطار می‌کنیم، سپس نماز می‌خوانیم. رقفاً به شوخی می‌گویند: اول وجود بعداً سجود؛ در حالی که رزمنده‌ها می‌گفتند: اول سجود، بعد افطار.

سیره‌ی رهبر حکیم و عالیقدرمان این است که اذان که گفتند، سریع نماز مغرب را می‌خوانند، بعد بلافاصله همان‌جا با چایی و خرما افطار می‌کنند. اگر کسی این مقدار تحمل نداشت، همین‌که مؤذن اذان گفت، یک چایی و خرما بخورد تا سرحال بیاید، بعد نمازش را بخواند. نه اینکه افطار کند، سپس چند ساعت استراحت کند و هر وقت حالش اقتضا کرد نماز بخواند. اخیراً اول افطار می‌کنند. بعد که سنگین شدند، بعد سریال می‌بینند، به امید اینکه نماز مغرب را در مسجد بخوانند. بعد می‌بینند که حال ندارند. اول دوست داشتند به مسجد بروند، اما وقتی می‌بینند دیر شده، به امید فردا شب، در خانه نماز می‌خوانند. به این ترتیب، هم اول وقت را از

دست می‌دهند، هم جماعت را. اما وجه جمعش چیست؟ وجه جمعش این است که ابتدا نماز مغرب را به جماعت بخوانند، سپس افطار کنند و نماز عشا را پس از افطار بخوانند. نمی‌دانم در رعایت وقت چه رازی نهفته است؟! در همین جملات سَيِّدُ السَّاجِدِينَ (عَلَيْهِ الصَّلَاةُ وَ السَّلَام) ظاهراً سه‌بار حضرت از خداوند می‌خواهند که: «وَقَفْنَا فِيهِ عَلَى مَوَاقِيتِ الصَّلَوَاتِ الْخَمْسِ» البته «وَقَفْنَا» نیز در نسخه‌هایی داریم. یعنی توفیق پیدا کنیم وقت‌های نمازهای پنج‌گانه را رعایت کنیم. حضرت به همین مقدار اکتفا نکرده، در ادامه می‌فرماید: «وَأَوْقَاتِهَا الَّتِي وَقَّتْ» و «الْمُؤَدِّينَ لَهَا فِي أَوْقَاتِهَا»، سه‌بار واژه وقت را به کار بردند تا ما بفهمیم وقت در نماز موضوعیت دارد و نماز باید در وقتش اقامه شود.

من پیشنهاد می‌کنم تا قبل از رسیدن ماه مبارک رمضان، یک دفترچه برای نماز تهیه کنید و هنگامی که وارد ماه مبارک رمضان شدید، دقیقاً روزشمار وقت نمازها را برای خودتان جدول‌بندی و مشخص کنید. بعد برای مراقبتش برنامه‌ریزی کنید.

قبل از ورود به ماه مبارک رمضان، حداقل یک کتاب درباره‌ی نماز بخوانید. حتی اگر معلومات خوبی هم دارید، دوباره بخوانید. کسانی که وقت دارند، کتاب *أَسْرَارُ الصَّلَاةِ* مرحوم میزا جواد آقای ملکی تبریزی (أَعْلَى اللَّهِ مَقَامُهُ الشَّرِيف) را بخوانند. افرادی که وقت دارند، *آدابُ الصَّلَاةِ* امام راحل عظیم الشان را مرور کنند. اگر نمی‌توانند آن را کامل بخوانند، فrazه‌ایش را ملاحظه کنند. کتاب زیبای آقای قرائتی به نام *اسرار نماز* نیز در دسترس است. برای هر کسی در هر سنی، در هر شرایطی و در هر موقعیتی، کتاب مناسب درباره‌ی نماز نوشته شده است. «بِحُدُودِهَا الَّتِي حَدَّدَتْ، وَ فُرُوضِهَا الَّتِي فَرَضَتْ، وَ وَطَائِفِهَا الَّتِي وَطَّفَتْ، وَ أَوْقَاتِهَا الَّتِي وَقَّتْ وَ أَنْزَلْنَا فِيهَا مَنَزِلَةَ الْمُصِيبِينَ لِمَنَازِلِهَا، الْحَافِظِينَ لِأَرْكَانِهَا» ما هم محافظ سجده، محافظ رکوع و محافظ تشهد

بشویم. سرّ قیام چیست؟ ادبش چیست؟ سرّ سجده چیست؟ ادبش چیست؟ سرّ رکوع چیست؟ ادبش چیست؟ دنبال اینها باشیم تا سرّش را بیابیم. «عَلَى مَا سَنَّهٗ عَبْدُكَ وَرَسُولُكَ فِي رُكُوعِهَا وَ سُجُودِهَا وَ جَمِيعِ فَوَاضِلِهَا» در همه‌ی بخش‌های نماز، پیرو پیامبر اکرم (صلی الله علیه و آله) باشیم.

این قسمتی که ناظر به باطن نماز است، این جمله است: «عَلَى أْتَمِّ الطَّهُّورِ وَ أَسْبَغِهِ»، شستشویی کن و آنگه به خرابات خرام. طهارت فقط وضو و غسل نیست؛ بلکه رسیدن به سرّ وضو و غسل است؛ زیرا در غسل و وضو رازهایی است. این چیزی که ما انجام می‌دهیم، ناقص است. زود وضو می‌گیریم و می‌رویم سراغ نماز. اما وضوی تمام، وضویی است که هنگام شستشوی اعضا، به طهارت آن عضو هم توجه کنیم.

«وَأَبْيَنِ الْخُشُوعِ وَ أَبْلَغِهِ» من موفّق بشوم خشوع واضح و بالغ و اوج گرفته‌ای را در این ماه در نمازهایم برای خودم فراهم کنم.

این شد برنامه‌ی دوم. پس یک برنامه شد برای صیّام توسعه‌یافته به روزه‌ی اعضا و جوارح، چشم و گوش و دست و پا و بعد از آن روزه‌ی قلبی و جوانحی. دوم یک برنامه‌ی عمل برای نماز تا هم از جهت احکام و وقت و طهارت و رعایت قواعد شرعی‌اش، یک نماز تمیزی باشد و هم از جهت رعایت باطنی‌اش، خشوعش و حضور قلبش و طهارت باطنی‌اش.

### تقویت خطوط تماس اجتماعی

برنامه‌ی سوم در یک کلمه این است که در ماه مبارک رمضان ما تمام خطوط تماس واجب و مستحبّمان را آکنده کنیم از لطف و مهر و محبّت و همه‌اش را هم بازسازی کنیم. این هم می‌شود برنامه‌ی سوم.

پدر و مادر، چه زنده باشند و چه فوت کرده باشند - فرق نمی‌کند - واجب است ارتباط با آنها را حفظ کرد. برادر، خواهر، عمه، خاله، دایی، عمو و... نیز همین‌طور است. برای آنهایی که ازدواج کرده‌اند، وظیفه‌ی مؤکدی این است که همسرشان را در صله‌ی رحم خودش یاری کنند. به این ترتیب شما وارد یک ارتباط مستحبی مؤکد هم می‌شوید. پدر خانم و مادر خانم و برادر خانم و خواهر خانم نیز جزء کسانی‌اند که باید به همسر در ارتباط با آنها یاری داد. یکی از راه‌های خوب برای تقویت پیوندهای درونی بین زن و شوهر، این است که هر کدام سعی کنند هوای بستگان همسر خودشان را داشته باشند. به همین جهت صله با خویشاوندان همسر، صله‌ی مستحب مؤکد است.

یک راه اینکه انسان به خانمش بگوید که خیلی دوستت دارم، این است که به مادرخانمش خیلی احترام گذارد و محبت کند. یک راه ابراز محبت عملی به همسر این است که انسان به پدرخانم و از طرفی پدرشوهر، مادرشوهر و ... احترام بگذارد. این احترام تقویت‌کننده‌ی ارتباط‌های داخلی است. وقتی شما برادرخانم‌تان را تکریم می‌کنید، احترام می‌کنید، محبت می‌کنید، یعنی چه؟ یعنی خانم خیلی دوستت دارم؛ معنایش این است. و بالعکس، وقتی خانم برادرشوهرش را به خاطر او احترام می‌کند، صدها بار قوی‌تر از این است که به خود او مستقیم بگوید که من شما را دوست دارم.

جمله‌ی کلیدی این بخش این است: بازسازی، بهسازی، تقویت و آکنده کردن همه‌ی خطوط تماس اجتماعی واجب و مستحب، از طریق محبت، احترام و تکریم. امام (عَلَيْهِ السَّلَام) اینجا یک فهرست هم می‌دهد که تکمیلش به عهده‌ی ما است. می‌فرماید: «لَأَنْ نَصِلَ أَرْحَامَنَا بِالْبِرِّ وَالصَّلَةِ، وَ أَنْ نَتَعَاهَدَ جِيرَانَنَا بِالْإِفْضَالِ وَالْعَطِيَّةِ» یعنی سراغ همسایه‌هایمان هم برویم و به آنها



احسان کنیم. از «افضال» خرج کردن برای افراد به ذهن متبادر می شود. پس تا ماه رمضان نشده، اموال خود را تمیز کنیم و خمس و زکات آن را بپردازیم. «وَ أَنْ نُخَلِّصَ أَمْوَالَنَا مِنَ التَّبِعَاتِ، وَأَنْ نُظَهِّرَهَا بِإِخْرَاجِ الزُّكُوتِ» این فراز خیلی لطیف است. به شما می گوید که به میدان رسیدگی و صیله و احسان و خرج کردن، برو. بلافاصله یادآوری می کند که: آیا جیبیت پاکیزه است؟ اگر پاک نیست، پاکش کن. جالب است که حضرت دوباره سراغ ارتباطات اجتماعی می روند: «وَ أَنْ نُرَاجِعَ مَنْ هَاجَرْنَا، وَأَنْ نُنْصِفَ مَنْ ظَلَمْنَا، وَأَنْ نُسَالِمَ مَنْ عَادَانَا» از کجا شروع می کنند؟ کسانی که با ما قهر کرده اند؛ باید سراغ آنها بروم. کسی که رابطه اش را با من قطع کرده، کسی که به من ظلم کرده، سراغ او بروم. از اینجا شروع کنید. البته به جز کسی که دشمنی من با او به خاطر خدا است: «حَاشَى مَنْ عُودِيَ فَبِكَ وَ لَكَ»

حضرت از اعمال که گذشتند، وارد فضای دیگری می شوند و می فرمایند: «اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ بِحَقِّ هَذَا الشَّهْرِ، وَ بِحَقِّ مَنْ تَعَبَّدَ لَكَ فِيهِ مِنْ ابْتِدَائِهِ إِلَى وَقْتِ فَنَائِهِ مِنْ مَلِكٍ قَرَّبْتَهُ، أَوْ نَبِيٍّ أَرْسَلْتَهُ، أَوْ عَبْدٍ صَالِحٍ اخْتَصَصْتَهُ، أَنْ تُصَلِّيَ عَلَيَّ مُحَمَّدٍ وَ آلِهِ، وَ أَهْلُنَا فِيهِ لِمَا وَعَدْتَ أَوْلِيَاءَكَ مِنْ كَرَامَتِكَ»، از اینجا به بعد فضای دیگری است. امام (عَلَيْهِ السَّلَام) خدای متعال را قسم می دهد به کسانی که حق این ماه را ادا می کنند؛ از پیامبران، از ولی حق، از انسان کامل، از حجت حق (صَلَوَاتُ اللَّهِ وَ سَلَامُهُ عَلَيْهِمْ) و توقع می کند که من هم موفق بشوم و برسم به آنچه که تو به اولیاءت در این ماه وعده دادی. در ادامه امام (عَلَيْهِ السَّلَام) این نصیب را با بیانات زیبایی توصیف می کند.

پایان بخش دعای چهل و چهارم، صلوات بر محمد و آل محمد (علیهم السلام) است که یک صلوات جامع و فوق العاده راه گشایی است.

## دعا برای یکدیگر در ماه دعا

ما رفقای جلسات صحیفه بر همدیگر حقی داریم. این ماهی که در پیش است، ماه دعا است و ماهی است که دعا در آن مستجاب است: «دُعَائُكُمْ فِيهِ مُسْتَجَابٌ» مخصوصاً هنگام افطار و سحر. اوج استجاب دعا هم شب‌های قدر است. من به شما قول می‌دهم که برای شما دعا کنم. شما نمی‌خواهد قول بدهید، اگر دوست داشتید، برای ما دعا کنید. همه‌مان برای همدیگر دعا کنیم. ان شاء الله این قراری باشد بین دوستان جلسات صحیفه و تحت همین عنوان همدیگر را دعا کنیم.

خدای متعال را سوگند می‌دهم به حق اولیائش، به حق مقرران درگاهش، به حق صاحب زمان، به حق امیر لیلۃ القدر، همه‌ی ما را برای ورود به ماه مبارک رمضان مهیا بفرماید. همه‌ی مضامین مناجات شریفه‌ی شعبانیه را درباره‌ی ما مستجاب بفرماید و همه‌ی مضامین دعای چهل و چهارم صحیفه را درباره‌ی همه‌ی ما مستجاب بفرماید.