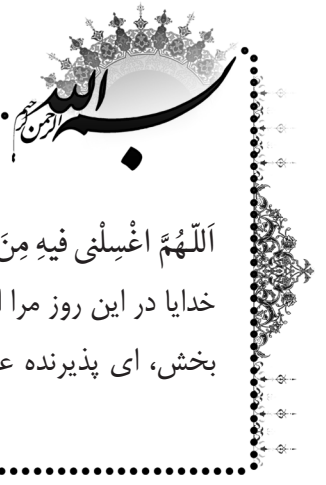




## دعای روز بیست و سوم

ماه  
رمضان

شهر رمضان

اللَّهُمَّ اغْسِلْنِي فِيهِ مِنَ الذُّنُوبِ وَ طَهِّرْ نِي فِيهِ مِنَ الْعُيُوبِ وَ اَمْتَحِنْ قَلْبِي فِيهِ بِتَقْوَى الْقُلُوبِ يَا مُقِيلَ عَثَرَاتِ الْمُذْنِبِينَ؛  
خدایا در این روز مرا از گناهان پاکیزه گردان و از هر عیب، پاک ساز و دلم را در آزمایش رتبه دل های اهل تقوی  
بخش، ای پذیرنده عذر لغزش های گناهکاران

### امام زمان و ماه رمضان

پیامبر ﷺ می فرماید: «ماه رمضان، برترین ماه سال قمری است.» هم چنین در جایی دیگر ایشان فرموده اند: «مهدی ﷺ سید و آقا است.»  
اگر امروز امام مهدی ﷺ برترین و کامل ترین انسان روی زمین است و ماه رمضان هم بهترین ماه خداست، پس باید بین این دو پیوندی عمیق باشد. اگر ماه رمضان، ماه ویژه سیر و سلوک است، پس باید با امام زمان ﷺ که برترین سالک و رهروی خداست، پیوندی خاص وجود داشته و بین سلوک معنوی ما در این ماه با امام زمان ﷺ هم رابطه ویژه ای باشد. فهم حقیقت رمضان و توفیق رسیدن به معبود جز با توسل به پیشگاه مهدی ﷺ میسر نمی شود. دعای افتتاح هم در شب های ماه رمضان می خوانیم، درس سلوک می دهد که پروردگارا من خواهان تمام خوبی ها و کمالات هستم و می دانم که راه رسیدن به این کمالات توسل به امام مهدی ﷺ است. پس مرا به برکت وجود او به نهایت نزدیکی به خود برسان. هدایت معنوی و باطنی انسان ها به دست امام مهدی ﷺ است و به برکت وجود معنوی و نورانی اوست که عالم هستی از فیض حق تعالی بهره مند می شود. دعای امامان

نشان می دهد که آن ها هم درگاه حق تعالی رو می آوردند و برای کل هستی و به ویژه برای ما انسان ها از خداوند طلب بخشش می کردند. به همین دلیل است که می گویند به برکت سلوک معنوی امام، حیات بشری شکل می گیرد و امتداد می یابد و عالم به سوی کمال حرکت می کند و تنها با این تعبیر شب قدر معنا می یابد.  
باید روزهای باقی مانده از ماه مبارک رمضان را برای ارتباط معنوی با امام زمان ﷺ غنیمت شمرد. اگر افراد در این ماه مبارک، خود را در محضر امام بدانند و به این موضوع که اعمال و رفتارشان زیر نظر امام زمان ﷺ است آگاه باشند، خودشان را از خیلی کارها دور نگه خواهند داشت که قطعاً در پایان این ماه توشه مناسبی برای خود ذخیره خواهند کرد توشه ای که با خواندن قرآن و دعا آن را به دست نخواهند آورد.  
در همه دعاهای رمضان از امام زمان ﷺ یاد شده است. برای نمونه در دعای افتتاح، تمام نشانی های حکومت امام زمان ﷺ مشخص شده است. همه فقرا در زمان ظهور غنی می شوند، تمام اسرا زمان ظهور آزاد می شوند. در روایت ها نیز آمده که در رمضان، ظهور اول اتفاق می افتد.

### بهترین راه قرائت و فهم قرآن کریم

بهترین راه ادراک و فهم قرآن کریم این است که انسان همراه با تلاوت آیات و سوره های قرآن، معانی آن ها را از ذهن و نظر بگذراند و با هر آیه، در درون و نهاد خود گفت و گو کند؛ یعنی در آیه عذاب از خداوند، مغفرت و رحمت، از او گذشت بخواند؛ بشیر و نذیر بودن خداوند را در آیات مشاهده، و از هر مطلب قرآنی، نکته علمی ویژه آن را برداشت کند. هنگام تلاوت قرآن، همان طور که کلمات از راه گوش به سمع انسان می رسد، معنای آن نیز باید به دل و جان آدمی نفوذ کند. اگر دل، بسته باشد، معنا در آن نفوذ نمی کند. قرآن کریم در این باره می فرماید: «أَفَلَا يَتَذَكَّرُونَ الْقُرْآنَ أَمْ عَلَى قُلُوبٍ أَقْفَالُهَا؛ آیا در قرآن تدبیر نمی کنند، یا بر دل ها قفل هایی نهاده شده است؟» در آیه دیگر نیز می فرماید: «كَلَّا بَلْ رَانَ عَلَى قُلُوبِهِمْ مَا كَانُوا يَكْسِبُونَ؛ بر قلب های آن ها، با آنچه کسب کرده اند، زنگار نشسته است.»  
گناه، غفلت و علائق دنیایی دل را می بندد و در نتیجه، معارف قرآنی در آن نفوذ نمی کند. انسان باید با گشودن دل و زدودن «رین» و «چرک» از آن، زمینه نفوذ معنا به جان را فراهم آورد. با فراهم آوردن این زمینه، تلاوت آیات قرآن لذت بخش می شود و فرد با ورود به هر آیه، اگر مشتمل بر خیرات، معرفت، علم و ... باشد، مضمون آن را مسئلت می کند، و اگر به عذاب و ... نظر داشته باشد، نجات از آن را می طلبد.

آیت الله جوادی آملی، نسیم اندیشه دفتر اول، ص ۲۹

۱. محمد، ۲۴. ۲. مطففین، ۱۴.

### پنجره ای رو به آسمان

الهی! در بسته نیست ما دست و پا بسته ایم.  
الهی! غذا به کردار و گفتار رنگ و بو می دهد وای بر آن که دهنش مزبله است.  
الهی! در جواب خطاب «یا ایها الذین آمنوا» لبیک بگویم مایه شرمندگی است، نگویم دور از وظیفه بندگی.  
الهی! دل خوشم که الهی گویم.  
الهی! کیست که موفق به زیارت جمال دل آرایت شد و شیدایت نشد.  
الهی! کی الله گفت و لبیک نشنید.  
الهی! خواب های ما را تبدیل به بیداری بفرما.  
الهی! آنکه سحر ندارد از خود خبر ندارد.

الهی نامه، آیت الله حسن زاده آملی

پیامبر ﷺ می فرماید: «مَنْ تَطَوَّعَ فِيهِ بِصَلَاةٍ كَتَبَ اللَّهُ لَهُ بَرَاءَةً مِنَ النَّارِ وَمَنْ آذَى فِيهِ فَرَضًا كَانَ لَهُ ثَوَابٌ مَن آذَى سَبْعِينَ فَرِيضَةً فِيمَا سِوَاهُ مِنَ الشُّهُورِ وَمَنْ أَكْثَرَ الصَّلَاةِ عَلَى ثَقُلَ اللَّهُ مِيزَانَهُ يَوْمَ تَخْفُ الْمَوَازِيرُ؛ کسی که در ماه رمضان نماز مستحبی بخواند، خداوند آزادی از آتش جهنم را برای او مقرر می سازد و کسی که عمل واجبی را در آن انجام دهد، ثواب انجام هفتاد واجب در ماه های دیگر را خواهد داشت و کسی که بر من زیاد صلوات فرستد، خداوند میزان او را سنگین می کند در روزی که میزان ها سبک است».

بحار الانوار، ج ۹۳، ص ۳۵۶

### بهترین ذکر در سجده

عارف واصل مرحوم میرزا جواد ملکی تبریزی می فرماید: مرا شیخی بود بزرگوار، عامل، عارف، کامل که مانند او را در مراتبی که گفته شد، ندیده ام، از او پرسیدیم که در اصلاح و جلب معارف چه عملی را به تجربه رسانده است؟ او گفت: من عملی را در این که گفتم مؤثر ندیدم مگر این که در هر شبانه روز یک بار بر سجده طولانی مداومت شود و در آن سجده بگوید: «لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ سُبْحَانَكَ إِنِّي كُنْتُ مِنَ الظَّالِمِينَ» و به هنگام گفتن ذکر، خود را در زندان طبیعت، زندانی و به زنجیرهای اخلاق رذیله بسته ببیند، آن گاه اقرار کند که پروردگار این کار را تو بر من نکردی و تو بر من ستم روا نداشتی، بلکه این من بودم که بر خود ستم کردم و خود را به این جا انداختم.

از آداب سجده این است که وقتی که بخواهیم به سجده برویم اول با زانوها به طرف زمین خم شویم و بعد دست ها را پیش از زانوها بر زمین بگذاریم این عملی است که مرحوم علامه طباطبائی<sup>۱</sup> از پیامبر اکرم ﷺ نقل می کند.

نکته های نابی از نماز

### خاطره ای از شهید حسن باقری

روزهای آخر، بیش تر کتاب «ارشاد» شیخ مفید را می خواند. به صفحات مقتل که رسید، های های گریه می کرد. هرچه گفتند «تو هم بیا بریم دیدن امام» گفت: «نه، پیام برم به امام بگم جنگ چی؟ چی کار کردیم؟ شما برید، من خودم تنها می رم شناسایی» گلوله توپ که خورد زمین، حسن دستی به صورتش کشید. دو ساعتی که زنده بود، دائم ذکر می گفت. فکر نمی کردم که دیگه این صدا را نشنوم.

کتاب باقری، انتشارات روایت فتح

### احکام روزه

اگر پزشک به بیماری بگوید که روزه برای شما ضرر دارد و او هم روزه نگیرد، ولی بعد از چند سال بفهمد که روزه برای وی ضرر نداشته و پزشک در تشخیص خود اشتباه کرده است، آیا قضا و کفاره بر او واجب است؟

اگر از گفته پزشک متخصص و امین و یا از منشأ عقلایی دیگر، خوف از ضرر پیدا کند و روزه نگیرد، فقط قضا بر او واجب است.

اجوبة الاستفتاءات مقام معظم رهبری

### آثار تربیتی، روانه روزه

مهم ترین اثر روزه بُعد تربیتی و روانی آن است. روزه، روح آدمی را تلطیف و اراده انسان را قوی و غرائز او را تعدیل می کند. از مرتاضان و مهذبان نفوس، که از راه های مخصوص به خود به تطهیر روح می پردازند، گرفته که معتقدند: آن چه نفس را ناخوش آید، باید بدان پرداخت و روزه چنین است تا صوفیان، که چله نشینند و از اصولشان امساک است، و عارفان که می گویند: اندرون از طعام خالی دار تا در او نور معرفت بینی، همگی نقش محوری روزه در خودسازی و تهذیب نفس را باور دارند؛ زیرا روزه، تمرین مقاومت و آمادگی روحی در خودسازی است. برای این که دو پایه اخلاق و تهذیب نفس عبارتند از:

**الف) تخلیه؛** یعنی پاکسازی و تصفیه روح از عادات ناپسند و آلودگی های مادی که مقدمه آن شناخت صفات پسندیده و ناپسند است.

**ب) تحلیه؛** یعنی آراستن نفس به صفات پسندیده و مطلوب انسانی، مانند تقوا که از حکمت های روزه است «لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ».

روزه، کلاس کسب تقوا است، تمرینی برای متقی شدن است. افرادی که سالیانه، یک دوره یک ماهه ای برای شرکت در این پیکار درونی را می گذرانند، از آمادگی رزمی و دفاعی بیشتری برخوردارند. برای این که پیامبر اکرم ﷺ فرمود: «اولین چیزهایی که موجب گرفتاری انسان در آتش جهنم است، دهان (ابزار گناهان فراوان)، و فرج (ابزار شهوت جنسی) است». در ماه مبارک رمضان، از جمله اموری که روزه دار باید از آنان پرهیز کند، خوردن و آشامیدن و مسائل جنسی است. در حقیقت، بزرگ ترین فلسفه روزه همین اثر تربیتی و معنوی آن است. پیامبر اسلام ﷺ می فرماید: «الصَّوْمُ جُنَّةٌ

مِنَ النَّارِ؛ روزه سپری است در برابر آتش دوزخ» اشاره به این موضوع است. و نیز امام علی (علیه السلام) می فرماید: «وَصَوْمُ شَهْرِ رَمَضَانَ فَإِنَّهُ جُنَّةٌ مِنَ الْعِقَابِ؛ و روزه ماه رمضان سپر است از عقاب الهی». یعنی روزه موجب غفران و آمرزش گناهان و معاصی انسان است، که به وسیله روزه نجات از آتش جهنم و عقوبت پروردگار حاصل می شود. در روایت آمده که امام علی (علیه السلام) از پیامبر اکرم ﷺ پرسیدند: چه کنیم که شیطان از ما دور شود؟ حضرت فرمود: «الصَّوْمُ يُسَوِّدُ وَجْهَهُ وَ الصَّدَقَةُ تَكْثِرُ ظَهْرَهُ وَ الْحُبُّ فِي اللَّهِ وَ الْمُؤَاظَرَةُ عَلَى الْعَمَلِ الصَّالِحِ يَقْطَعُ دَابِرَهُ وَ الْإِسْتِغْفَارُ يَقْطَعُ وَتِيئَهُ؛ روزه، چهره شیطان را سیاه می کند و اتفاق در راه خدا پشت وی را می شکند و دوست داشتن به خاطر خدا و مواظبت بر عمل نیک، دنباله او را قطع می کند و استغفار رگ قلبش را می برد».

روان و جان آدمی تنها گذرگاه رحمان نیست، بلکه گام های دهشت بار شیطان نیز گاه در آن طنین می کند. قلب هر چند «حرم» خداست، ولی گاه صدای نامحرم در حریم آن شنیده می شود و قاه قاه شیطان گستره آن را پُر می کند. چه کنیم تا گناه به قلبمان راه پیدا نکند؟ چه کنیم تا رشته های مرئی و نامرئی که دست سیاه شیطان بر گردن دلمان می افکند، ما را به سراشیبی جهنم نکشاند؟ چه کنیم که «خودمان» باشیم و شفاف و روشن زندگی کنیم و سمت آبی آسمان را گم نکنیم؟ روزه، تمرین فشردگی و سازنده ای برای نیکو شدن است. تمرین «گناه زدایی» و «خدا آشنایی» است. فرصت فاصله گرفتن از پرتگاه ها و آفات و رهایی از افتادن در مرداب هوس خواهی، نفس پرستی و شکم بارگی است.

منبع: ماهنامه پاسدار اسلام، ش ۳۰۹