

## دعای روز پانزدهم

اللَّهُمَّ ارْزُقْنِي فِيهِ طَاعَةَ الْخَاشِعِينَ، وَأَشْرَحْ فِيهِ صَدْرِي اِنَابَةَ الْمُخْبِتِينَ، بِأَمَانِكَ  
يَا أَمَانَ الْخَائِفِينَ:

خدایا! در این روز طاعت بندگان خاشع و خاضع را نصیب من گردان و شرح صدر مردان فروتن و خداترس را به من عطا فرما، به حق امان بخشی خود، ای ایمنی دل‌های ترسان.

### ترجمه منظوم دعا

ای خدا، ای خالق جن و ملک	ای مدیر خلق عالم تا سمک
کن تو ما را روزی اندر ماه صوم	طاعت اهل خشوع و ذوالحنک
نمره طاعات خوبان در جهان	چون علی، آن شاه مغصوب الفدک
مثل طاعت‌های ارباب خشوع	که رود صوت دعاشان تا فلک
خوش به حال آن جماعت کز کرم	حق تعالی جرمشان بنموده حک
گرچه اول امتحان بنمودشان	هر یکی زار و گهی سنگ محک
ای خدا ده شرح صدری این زمان	نیستم من قابل چوب کنک
بازگشتی کرده، آییم سوی تو	تا نگشته ستر ظاهر منتهک
بر امان و امن و الطافت قسم	ای امان خائفین، بی‌ریب و شک

### فقره اول دعا: خشوع در عبادت

اللَّهُمَّ ارْزُقْنِي فِيهِ طَاعَةَ الْخَاشِعِينَ:

خدایا! در این روز طاعت بندگان خاشع و خاضع را نصیب من گردان.

یکی از درخواست‌هایی که از خداوند شده، اطاعت از روی خشوع برای بندگان خاشع و خاضع اوست و بنابراین لازم است به بررسی این فضیلت بزرگ اخلاقی بپردازیم.

قرآن کریم در صفات کسانی که به قرآن علم و ایمان دارند، چنین می‌فرماید:

«وَيَخْرُونَ لِلْأَذْقَانِ يَبْكُونَ وَيَزِيدُهُمْ خُشُوعًا»<sup>۱</sup> روی زمین می‌افتند و گریه می‌کنند و بر فروتنی آنها می‌افزاید.

خدای مهربان در وصیتی به موسی عَلَيْهِ السَّلَام فرمود:

«يَا بَنَ عِمْرَانَ! هَبْ لِي مِنْ قَلْبِكَ الْخُشُوعَ وَ مِنْ بَدَنِكَ الْخُضُوعَ وَ مِنْ عَيْنَيْكَ الدَّمُوعَ فِي ظُلْمِ اللَّيْلِ وَادْعُنِي فَإِنَّكَ تَجِدُنِي قَرِيبًا مُجِيبًا»<sup>۲</sup> ای پسر عمران! برای من در تاریکی‌های شب از دلت خشوع و از بدنت فروتنی و از دو دیده‌ات اشک بیاور و مرا بخوان که بی‌تردید مرا نزدیک و اجابت‌کننده خواهی یافت.

### معنای خشوع

خشوع را به «تذلل و تواضع» در خضوع و «فروتنی کردن» معنا کرده‌اند.<sup>۳</sup> و در اصطلاح به حالتی گفته می‌شود که کسی در برابر سلطانی قاهر قرار گرفته، به طوری که تمام توجهش به وی معطوف گشته و از همه جا بریده باشد.<sup>۴</sup>

### خشوع در نماز

قرآن مجید یکی از ویژگی‌های مؤمنان رستگار را خشوع در نماز دانسته و فرموده است:

۱. اسراء: ۱۰۹.

۲. قصص الأنبياء راوندی؛ ص ۱۶۱، باب ۵، حدیث ۱۸۱؛ بحار الانوار؛ ج ۱۳، ص ۳۵۲، باب ۱۱، ح ۴۶.

۳. قاموس قرآن؛ ج ۲ و فرهنگ ابجدی.

۴. المیزان؛ ج ۲۹، ص ۱۱.

«قَدْ أَفْلَحَ الْمُؤْمِنُونَ الَّذِينَ هُمْ فِي صَلَاتِهِمْ خَاشِعُونَ»<sup>۱</sup> به تحقیق رستگار شدند مؤمنان، آنان که در نمازشان خشوع دارند.

امیر مؤمنان علی علیه السلام به کمیل فرمود:

«يَا كَمِيلُ! لَيْسَ الشَّانُ أَنْ تُصَلِّيَ وَ تَصُومَ وَ تَتَصَدَّقَ إِنَّمَا الشَّانُ أَنْ تَكُونَ الصَّلَاةُ فَعَلَتْ بِقَلْبِ نَقِيٍّ وَ عَمَلٍ عِنْدَ اللَّهِ مَرْضِيٍّ وَ خُشُوعٍ سَوِيٍّ وَ إِتْقَانٍ لِلْجِدِّ فِيهَا»<sup>۲</sup>

ای کمیل! عبادت، تنها نماز خواندن و روزه گرفتن و صدقه دادن نیست؛ بلکه شأن [عبادت] این است که با قلب پاک و عمل مورد پسند خدا و خشوع راستین انجام پذیرد.

رسول خدا صلی الله علیه و آله و سلم فرمود: نماز بر چهار بخش بنا شده است:

۱. وضوی شاداب؛ ۲. رکوع؛ ۳. سجده؛ ۴. خشوع. پرسیدند: ای رسول خدا، خشوع چیست؟ فرمود:

«فروتنی در نماز و اینکه بنده با تمام قلبش متوجه خدا باشد. اگر او رکوع و سجود و بخش‌های نماز را کامل به جای آورد، نمازش با درخشندگی به آسمان بالا رود و درهای آسمان به رویش باز شود. چنین نمازی، نمازگزار را دعا کند و گوید: همان‌گونه که مرا پاس داشتی، خدایت پاس دارد و فرشتگان نیز گویند: درود خدا بر صاحب این نماز؛ ولی اگر بخش‌های نماز را کامل نکند، نمازش با تیرگی بالا می‌رود و درهای آسمان به رویش بسته می‌گردد. چنین نمازی، به نمازگزار گوید: خدا تو را ضایع کند، چنان‌که مرا ضایع کردی و خدا آن را به روی صاحبش می‌گوید»<sup>۳</sup>.

۱. مؤمنون: ۱ - ۲.

۲. بحارالانوار؛ ج ۸۴، ص ۲۳۰.

۳. همان؛ ص ۲۶۴.

## خشوع قلب و اعضا

وقتی مؤمن حالت خشوع پیدا کند، آثارش در بدن و اعضا و جوارحش ظاهر می‌شود و سراسر وجودش غرق عشق و شیدایی حق می‌گردد و جسم و جانس در هر عبادتی، خشوعی هماهنگ با آن خواهد داشت. قرآن در این باره می‌فرماید:

«اللَّهُ نَزَلَ أَحْسَنَ الْحَدِيثِ كِتَابًا مُتَشَابِهًا مَثَانِيَ تَقْشَعِرُّ مِنْهُ جُلُودُ الَّذِينَ يَخْشَوْنَ رَبَّهُمْ ثُمَّ تَلِينُ جُلُودُهُمْ وَقُلُوبُهُمْ إِلَىٰ ذِكْرِ اللَّهِ»<sup>۱</sup> خدا بهترین سخن را نازل کرده است. کتابی متشابه و دو تا دو تا که از تلاوت آن تن کسانی که از پروردگارشان می‌ترسند، بلرزد و سپس تن و جانسان به یاد خدا آرام می‌گیرد. نکته قابل توجه این است که جسم و جان باید توأم با هم در برابر خدا خضوع و خشوع کند؛ زیرا خشوع قلب، خشوع اعضا و جوارح را نیز در پی دارد.

در روایتی نقل شده که پیامبر اکرم صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ مردی را دیدند که در نماز با ریش خود بازی می‌کند، فرمودند:

«أَمَا أَنَّهُ لَوْ خَشَعَ قَلْبُهُ لَخَشَعَتْ جَوَارِحُهُ»<sup>۲</sup> اگر قلبش خاشع بود، جوارح او هم خاشع بودند.

مرحوم خوبی بعد از ذکر این روایت در شرح خود، چنین گوید: در روایت، دلالتی است بر اینکه خشوع در نماز به قلب و به جوارح است؛ اما خشوع به قلب، این است که قلب را با تمام همت برای نماز خالی کند و اعراض و دوری از غیر آن نماید. پس غیر از عبادت و معبود در آن نباشد و اما خشوع به جوارح، روی آوردن و توجه به نماز و عدم التفات به غیر و ترک کار عبث و بیهوده (مثل بازی با ریش و

۱. زمر: ۲۳. قرآن را «متشابه» گفته از آن رو که اجزایش در اعجاز و فصاحت و بلاغت همه به هم شبیه است و دو تا دو تا خواند. از آن رو که بیشتر چیزها که در آن آمده است، دو تا دو تا است؛ چون امر و نهی، نور و ظلمت، عام و خاص، بهشت و دوزخ و از این قبیل. در مورد «متشابه» و «دو تا دو تا» اقوال دیگری هم آمده است (ترجمه از عبدالمحمد آیتی ذیل آیه مذبور).

۲. میزان الحکمه؛ ج ۳، ص ۳۹ و شرح نهج البلاغه خوبی؛ ذیل همین فراز و تفسیر صافی و مجمع البیان.

مو) است. ابن‌عباس در تفسیر خشوع فرموده: خاشع (در نماز)، کسی است که شناسد چه کسی در طرف راست و چه کسی در طرف چپ اوست.<sup>۱</sup>  
در تفسیر مجمع‌البیان در ذیل آیه فوق چنین آمده:

«خاضِعُونَ متواضعون مُتَذَلِّلُونَ لا يَدْفَعُونَ أَبْصَارَهُمْ عَنِ مَوَاضِعِ سُجُودِهِمْ وَ لا يَلْتَفِتُونَ يَمِينًا وَ شِمَالاً»<sup>۲</sup>: مؤمنین، خاضع و متواضع و ذلیلند. (در حال نماز) چشم‌های خود را از مواضع سجده خود بر نمی‌دارند و توجه به راست و چپ خود ندارند.

در حدیثی آمده: پیامبر اسلام ﷺ گاه به هنگام نماز به آسمان نظر می‌کرد؛ اما هنگامی که آیه: «قَدْ أَفْلَحَ الْمُؤْمِنُونَ الَّذِينَ هُمْ فِي صَلَاتِهِمْ خَاشِعُونَ» نازل شد، دیگر سر بر نمی‌داشت و دائماً به زمین نگاه می‌کرد.<sup>۳</sup>

### خشوع اولیاء

رسول خدا ﷺ وقتی به نماز می‌ایستاد، از ترس خدا رنگش می‌پرید و صدای سوزناکی از او به گوش می‌رسید.<sup>۴</sup>

درباره خشوع حضرت امیر عليه السلام چنین آمده است: هنگام نماز و عبادت، لرزه بر اندامش می‌افتاد و رنگ رخسارش دگرگون می‌شد.<sup>۵</sup>

حضرت زهرا عليها السلام وقتی در محراب عبادت می‌ایستادند، بند بند وجودشان می‌لرزید و خدای متعال به ملائکه وحی می‌فرمود: «فرشتگان مقرب من! ببینید بنده من، کنیز من، چگونه از خشیت من به خود می‌لرزد و شاهد باشید که دوستان او را به خاطر او مورد شفاعت او قرار می‌دهم».<sup>۶</sup>

۱. تفسیر نمونه؛ ذیل آیه ۱۰۱ سوره مؤمنون؛ الجعفریات؛ ص ۳۶ و محجة البیضاء؛ ج ۱، ص ۳۵۵.

۲. شرح نهج البلاغه خوبی؛ ج ۱۲، ص ۱۳۷.

۳. همان.

۴. سید بن طاوس؛ فلاح السائل؛ ص ۱۶۱.

۵. بحار الانوار؛ ج ۸۴، ص ۲۴۸.

۶. همان؛ ج ۶، ص ۸۳.

امام صادق علیه السلام از قول پدرش امام باقر علیه السلام چنین نقل می‌کند:

«كَانَ عَلِيُّ بْنُ الْحُسَيْنِ ع إِذَا قَامَ فِي الصَّلَاةِ كَأَنَّهُ سَاقُ شَجَرَةٍ لَا يَتَحَرَّكُ مِنْهُ شَيْءٌ إِلَّا مَا حَرَّكَتِ الرِّيحُ مِنْهُ»: امام سجاده علیه السلام وقتی به نماز می‌ایستاد، همچون ساقه درختی بود و هیچ جزئی از بدن و لباس او حرکت نمی‌کرد. مگر آن مقداری را که باد به حرکت در می‌آورد.

### فقره دوم: شرح صدر

وَ اَشْرَحَ فِيهِ صَدْرِي بِانَابَةِ الْمُخْبِتِينَ:

و شرح صدر مردان خداترس را به من عطا فرما.

یکی از مفاهیم اخلاقی که در قرآن و تعالیم اهل بیت بر آن تأکید شده، شرح صدر می‌باشد. از آیات قرآن بر می‌آید که شرح صدر، ابزاری است که پیامبران الهی در مسیر رسالت خویش از آن بهره می‌گرفتند و در سایه این موهبت الهی، به تبلیغ دین و ارشاد مردم می‌پرداختند.

اگر بخواهیم «شرح صدر» را به فارسی ترجمه کنیم، باید آن را به گشادگی سینه یا سینه گشاده و فراخ معنا کنیم.

شرح صدر به معنای بازکردن سینه و برطرف‌ساختن دل‌تنگی و کنایه از تحقق استعداد رسیدن به کمال و توانمندی روحی و معنوی می‌باشد.

### عوامل شرح صدر

بررسی آیات قرآن نشان می‌دهد که توجه به برخی امور در شرح صدر مؤثر است و آن را در انسان تقویت می‌نماید:

#### ۱. تدبیر در قرآن

صدر، نهان‌خانه قلب است که اسرار و صفات روحی و باطنی، فضایل و رذایل در آن جای می‌گیرد. صحت و استقامت قلب در فضایل است و بیماری آن در رذایل.

بنابراین رذیله، مرض قلبی است و برای این مرض، دارویی لازم است. خداوند در قرآن می‌فرماید:

«يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَ تَكْمٌ مَّوْعِظَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَ شِفَاءٌ لِّمَا فِي الصُّدُورِ وَ هُدًى وَ رَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ»<sup>۱</sup> ای مردم! اندرزی از سوی پروردگارتان برای شما آمده و درمان آنچه در سینه‌هاست و هدایت و رحمت برای مؤمنان.  
شفاى آنچه در سینه است، کنایه از نابودى صفات روحى زشت و گناهان قلبى است که موجب ضيق قلب شده است.

## ۲. ذکر

ذکر لفظی و معنوی از دیگر عوامل شرح صدر است.  
امیرالمؤمنین علیه السلام می‌فرماید: الذکر یشرح الصدر<sup>۲</sup>: ذکر جان را گشاده می‌گرداند.  
قلب انسان خواهان رسیدن به سعادت و دوری از شقاوت است. تنها سببی که هیچ‌گاه مغلوب و نابودشدنی نیست، خداوند است؛ پس تنها با یاد خداوند دل‌ها آرام می‌گیرد:

«...أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ»<sup>۳</sup>

امام صادق علیه السلام می‌فرماید:

«أَوْحَى اللَّهُ عَزَّوَجَلَّ إِلَى مُوسَى يَا مُوسَى لَا تَفْرَحَ بِكَثْرَةِ الْمَالِ وَ لَا تَدْعَ ذِكْرِي عَلَى كُلِّ حَالٍ فَإِنَّ كَثْرَةَ الْمَالِ تُنْسِي الذُّنُوبَ وَ إِن تَرَكَ ذِكْرِي يُقْسِي الْقُلُوبَ»<sup>۴</sup>  
خداوند متعال به موسی وحی فرستاد که ای موسی! از فزونی اموال خوشحال مباش و یاد مرا در هیچ حال ترک مکن؛ چرا که فزونی مال غالباً موجب فراموش کردن گناهان است و ترک یاد من قلب را سخت می‌کند.

۱. یونس: ۵۷.

۲. میزان الحکمه؛ ج ۲، ص ۹۷۲.

۳. رعد: ۲۸.

۴. بحارالانوار؛ ج ۷۰، ص ۱۴۲.

### ۳. تسبیح و عبادت

از دیگر اسباب شرح صدر و رفع دلتنگی، تسبیح و عبادت است. خداوند می‌فرماید:

«وَلَقَدْ نَعَلْنَا لَكَ إِضْيقَ صَدْرِكَ بِمَا يَقُولُونَ \* فَسَبِّحْ بِحَمْدِ رَبِّكَ وَكُنْ مِنَ السَّاجِدِينَ»<sup>۱</sup> و ما می‌دانیم سینه‌ات از آنچه آنان می‌گویند، تنگ می‌شود و تو را سخت ناراحت می‌کند. برای رفع ناراحتی از آنان، پروردگارت را تسبیح و حمد بگو و از سجده‌کنندگان باش.

گاهی اوقات پیامبر اسلام از تمسخر مشرکین و همچنین از درخواست‌های نامعقول آنان دلگیر می‌شد. به این دلیل خداوند برای رفع این دلتنگی، دستور می‌دهد او تسبیح گوید و سجده گذارد که سجده، کنایه از نماز و عبادت است. بدین ترتیب با تسبیح الهی و عبادت، به ویژه با نمازگزاردن انسان از دلتنگی رها می‌شود. ضیق صدر پیامبران در راستای رسالت و منبعث از تکذیب مخالفان می‌باشد؛ پس امری طبیعی به نظر می‌رسد.

### ۴. دعا و درخواست از خداوند

آخرین عاملی که در شرح صدر نقش مهمی دارد، دعا کردن و درخواست از خداوند است. این عامل را از آیه سوره حجر که پیش‌تر آمد، می‌توان برداشت کرد. افزون بر آن سیره انبیا در تقاضای این موهبت نیز مؤید دیگری مبنی بر این است که شرح صدر از سوی خداوند به بشر اعطا می‌شود و باید آن را از خداوند خواست. رفتار حضرت موسی، نمونه‌ای از این سیره انبیاست.

«قَالَ رَبِّ اشْرَحْ لِي صَدْرِي»<sup>۲</sup> گفت: پروردگارا سینه‌ام را آماده برای پذیرش مسئولیت رسالت و مشکلات آن ساز.

در این میان عده‌ای مطالعات پیگیر و مستمر و ارتباط مداوم با علمای صالح، خودسازی و تهذیب نفس، پرهیز از گناه و به ویژه غذای حرام را نیز از عوامل شرح

۱. حجر: ۹۷ - ۹۸.

۲. طه: ۲۵.



صدر دانسته و در برابر، جهل، گناه، لجاجت، جدال، مرء، همنشینی با بدان و فاجران و مجرمان، دنیاپرستی و هواپرستی را زمینه‌ساز تنگی روح و قساوت قلب می‌دانند.<sup>۱</sup>

### فواید و نتایج شرح صدر

کسی که شرح صدر دارد، طبیعتاً در رفتار و روحیات اخلاقی وی نمایان می‌شود، به گونه‌ای که از این راه می‌توان فهمید شرح صدر دارد یا از ظرفیت پایین برخوردار است. دسته‌ای از این فواید را می‌توان از قرآن و روایات برداشت کرد. از مهم‌ترین فواید شرح صدر مؤمن، هدایت الهی است.

«فَمَنْ يُرِدِ اللَّهُ أَنْ يَهْدِيَهُ يَشْرَحْ صَدْرَهُ لِلْإِسْلَامِ وَمَنْ يُرِدْ أَنْ يُضِلَّهُ يَجْعَلْ صَدْرَهُ ضَيِّقًا حَرَجًا كَأَنَّمَا يَصْعَدُ فِي السَّمَاءِ كَذَلِكَ يَجْعَلُ اللَّهُ الرُّجْسَ عَلَى الَّذِينَ لَا يُؤْمِنُونَ»<sup>۲</sup>.

همچنین کسی که برخوردار از شرح صدر است، همواره از نور الهی بهره می‌گیرد. انسانی که از طریق شرح صدر، تسلیم محض الهی می‌شود و حقیقت را از روی بصیرت و فهم قبول می‌کند، مانند این است که سوار بر مرکبی از نور، گستره وسیعی از حق را می‌بیند و آن را از باطل باز می‌شناسد. چنین شخصی در ایمان خود دچار تزلزل و اضطراب نمی‌شود.

«أَفَمَنْ شَرَحَ اللَّهُ صَدْرَهُ لِلْإِسْلَامِ فَهُوَ عَلَىٰ نُورٍ مِّن رَّبِّهِ فَوَيْلٌ لِلْقَاسِيَةِ قُلُوبُهُمْ مِّن ذِكْرِ اللَّهِ أُولَٰئِكَ فِي ضَلَالٍ مُّبِينٍ»<sup>۳</sup>.

آیا کسی که خدا سینه‌اش را برای اسلام گشاده کرده و بر فراز مرکبی از نور الهی قرار گرفته، همچون کوردلانی است که نور هدایت به قلب‌شان راه نیافته؟ وای بر آنان که قلب‌هایی سخت در برابر ذکر خدا دارند، آنان در گمراهی آشکارند.

۱. تفسیر نمونه؛ ج ۱۹، ص ۴۲۸.

۲. انعام: ۱۲۵.

۳. زمر: ۲۲.

عبداللہ ابن مسعود می گوید: خدمت پیامبر اکرم صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ رسیدم و از تفسیر این آیه سؤال کردم که چگونه انسان شرح صدر پیدا می کند؟  
حضرت فرمود: «نوری است که خداوند در دل مؤمن می افکند و بدان سبب، سینه اش فراخ می گردد و گشاده می شود».

عرض کردم: آیا برای شناخت آن نشانه‌ای وجود دارد؟  
فرمود: «آری، روی آوردن به سرای جاودانی و دوری گزیدن از سرای پوچی و غرور [دنیا] و آماده شدن برای مرگ، پیش از فرا رسیدن آن».<sup>۱</sup>  
یکی از نشانه‌های اشخاصی که شرح صدر یافته باشند، این است که پرده‌داری نمی کنند، کسی را رسوا نمی کنند و رفتار آنان را حمل بر صحت می نمایند؛ همان گونه که آن حضرت از اعمال منافقین باخبر بود؛ ولی آبروی آنان را نمی برد و به روی خود نمی آورد و این عیب پوشی حضرت به سبب شرح صدرش بود تا آنجا که می فرمود:  
«مَنْ سَتَرَ أَخَاهُ فِي فَاحِشَةٍ رَأَاهَا عَلَيْهِ سَتَرَهُ اللَّهُ فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ».<sup>۲</sup>

بردباری و شکیبایی در برابر مصائب و مشکلات و سختی‌ها از دیگر نشانه‌های شرح صدر است و نمونه بارز آن پیامبر بود که در مقابل همه سختی‌ها و آزارهای دشمنانش، بیشترین صبر و شکیبایی را از خود نشان می داد. چنان که خود آن حضرت می فرماید:

«بُعِثْتُ لِلْحِلْمِ مَرْكَزًا وَ لِلْعِلْمِ مَعْدِنًا وَ لِلصَّبْرِ مَسْكَنًا»:<sup>۳</sup> برانگیخته شده‌ام که مرکز بردباری و معدن دانش و مسکن شکیبایی باشم.

از دیگر نشانه‌های شرح صدر آرامش و وقار است؛ زیرا قلبی که به نور حق و ایمان گشاده می شود، آرامش و وقار می یابد؛ زیرا به دلیل ایمان، دل و روحش از دنیا و غیر خدا آزاد می شود و هیچ دلبستگی به آن ندارد و همین باعث آرامش روحی و وقار می شود و پیامبر با وقارترین مردم در مجلس خویش بود: «كان النبي أوقر الناس في مجلسه».<sup>۴</sup>

۱. مجمع‌البیان؛ ج ۴، ص ۵۶۱.

۲. خطیب بغدادی؛ تاریخ بغداد؛ ج ۱۰، ص ۸۴.

۳. مصباح‌الشریعه؛ ص ۱۵۵.

۴. ذہبی؛ میزان الاعتدال؛ تحقیق محمد علی به جاوی؛ ج ۳، ص ۲۱۲.

### مخبتین چه کسانی هستند؟

در دعای این روز نکته اساسی که به آن تاکید شده است خضوع و خشوع و فروتنی در مقابل ذات اقدس پروردگار است. به طوری که در این روز از خداوند درخواست می‌نماییم آنچه را که در صفات و اعمال خالصان و خاشعان و فروتنان وجود دارد، نصیب ما گرداند. مخبتین در دعا به معنای فروتنان است، آن هم فروتنانی که فروتنی آنان فقط در مقابل پروردگار جهان و جهانیان می‌باشد.

فروتنی یکی از صفات بارز مؤمنان باتقوا می‌باشد که شب و روز خود را به تقوا و پرهیزکاری می‌گذرانند. چنانچه حضرت علی علیه السلام در مورد صفت و نشانه یک پرهیزکار فرمودند: «در دین‌داری، نیرومند، نرم‌خو و دوراندیش است. دارای ایمانی پر از یقین، حریص در کسب و دانش، با داشتن علم، بردبار؛ در توانگری، میانه‌رو؛ در عبادت، فروتن؛ در تهیدستی، آراسته؛ در سختی‌ها، بردبار؛ در جستجوی کسب حلال، در راه هدایت، شادمان و پرهیزکننده از طمع ورزی، می‌باشد».

با توجه به فرموده آن بزرگوار، در می‌یابیم مخبتین همان پرهیزکاران هستند که شب و روز خود را به ذکر و یاد خداوند به پایان می‌برند که ما نیز در این روز از خداوند می‌خواهیم شرح صدری را که مردان پرهیزکار و فروتن دارند، به ما نیز عطا فرماید.

از امام صادق علیه السلام روایت شده که فرمود:

«مِنَ التَّوَّاضِعِ أَنْ تَرْضَى بِالْمَجْلِسِ دُونَ الْمَجْلِسِ وَ أَنْ تُسَلِّمَ مَنْ تَلَقَى وَ أَنْ تَتْرُكَ الْمِرَاءَ وَ إِنْ كُنْتَ مُحِقًّا وَ أَنْ لَا تَحِبَّ أَنْ تُحَمَدَ عَلَى التَّقْوَى»<sup>۱</sup>

از نشانه‌های تواضع این است که:

۱. در نشستن به پایین مجلس راضی باشی.
۲. به هرکس برخورد کنی، سلام نمایی.
۳. مجادله را ترک کنی، ولو حق با تو باشد.
۴. دوست نداشته باشی که تو را به تقوی ستایش کنند.

۱. اصول کافی؛ ج ۴، ص ۳۶۸.

قرآن کریم در مورد وسوسه‌های شیطانی که برای جلوگیری از اثرات هدایت انبیاء صورت می‌گیرد، می‌فرماید:

«وَلْيَعْلَمَ الَّذِينَ آوْتُوا الْعِلْمَ أَنَّهُ الْحَقُّ مِنْ رَبِّكَ فَيُؤْمِنُوا بِهِ فَتُخْبِتَ لَهُ قُلُوبُهُمْ»<sup>۱</sup>

هدف این است که عالمان و آگاهان، حق را از باطل تشخیص دهند و برنامه‌های الهی را از وسوسه‌های شیطانی جدا سازند و در مقایسه با یکدیگر، بدانند آیین خدا حق است و از سوی پروردگار جهانیان آمده و به آن ایمان آورده و دل‌هایشان در برابر آیین حق خاضع گردد.

خداوند متعال نیز این مؤمنان راستین را به حال خود رها نکرده؛ بلکه آنان را به سوی صراط مستقیم هدایت می‌کند و این هدایت، موجبات رستگاری و ایمان و عمل صالح را برای آنان به دنبال خواهد آورد:

«إِنَّ الَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَآخَبْتُوا إِلَىٰ رَبِّهِمْ أُولَٰئِكَ أَصْحَابُ الْجَنَّةِ هُمْ فِيهَا خَالِدُونَ»<sup>۲</sup>

ایمان و عمل صالح و تسلیم و خضوع در برابر حق، به انسان این لیاقت را می‌بخشد که در بهشت الهی جاویدان گردد. این سه موضوع با یکدیگر مرتبط می‌باشد؛ زیرا عمل صالح میوه ایمان و تسلیم و خضوع در برابر خداوند متعال، از آثار و نتایج ارزشمند ایمان و عمل صالح به شمار می‌رود.

#### نمونه‌ای از تواضع رسول خدا ﷺ و امیرالمؤمنین علیؑ

در سیره پیامبر ﷺ می‌خوانیم به هنگامی که سواره حرکت می‌کرد، هرگز اجازه نمی‌داد، افرادی در رکاب او پیاده راه بروند؛ بلکه می‌فرمود: شما به فلان مکان بروید، من هم می‌آیم و آنجا به هم می‌رسیم. حضرت بر روی خاک می‌نشست و غذایی ساده، همچون بردگان می‌خورد و از گوسفندان شیر می‌دوشید و بر الاغ برهنه سوار می‌شد.<sup>۳</sup>

۱. حج: ۵۴.

۲. هود: ۲۳.

۳. ارشاد القلوب؛ ص ۱۵۵ و مکارم الاخلاق؛ ج ۱، ص ۲۲.

روزی پدر و پسری، بر حضرت علی عَلَيْهِ السَّلَامُ وارد شدند. حضرت آنان را در صدر مجلس جای دادند و خود در برابر آنها نشست و امر فرمود تا طعامی آوردند و چون غذا را خوردند، قنبر آفتابه و طشتی آورد تا دست‌های خود را بشویند. حضرت از جای خود بلند شد و آفتابه را از دست قنبر گرفت تا آب بریزد و آن دو مرد دست‌های خود را بشویند.

یکی از آنها گفت: یا امیرالمؤمنین چگونه راضی شوم که شما آب بر دستم بریزید؟ حضرت فرمود بنشین و دست خود را بشوی. خدا تو را و برادری از تو را می‌بیند، که هیچ فرقی ندارد و برادرت می‌خواهد به دلیل خدمت به تو، در بهشت ده برابر همه اهل دنیا به او کرامت شود. آن مرد نشست و حضرت فرمود: قسم می‌دهم تو را به حق عظیمی که بر تو دارم، همان‌گونه که اگر قنبر آب می‌ریخت و دست می‌شستی، دستانت را بشویی. سپس حضرت آب بر دستان او ریخت و آن مرد دستان خود را شست.<sup>۱</sup>

### فقره سوم: خوف از خدا

بِأَمَانِكَ يَا أَمَانَ الْخَائِفِينَ:

به حق امان‌بخشی خود، ای ایمنی دل‌های ترسان.

امام حسین عَلَيْهِ السَّلَامُ فرمودند:

«لَا يَأْمَنُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ إِلَّا مَنْ خَافَ اللَّهَ فِي الدُّنْيَا»<sup>۲</sup> هیچ‌کس در قیامت در امان

نیست، مگر آن‌کس که در دنیا ترس از خدا را در دل داشته باشد.

«الْبُكَاءُ مِنْ خَشْيَةِ اللَّهِ نَجَاةٌ مِنَ النَّارِ»:

گریه از ترس خدا، سبب نجات از آتش جهنم است.

۱. ضیافه النور.

۲. مناقب ابن شهر آشوب؛ ج ۴، ص ۶۹.

## ترس از خدا؛ چرا؟!

اما اصولاً «خوف از خدا» به چه معناست؟ آیا امکان دارد در عین حال که انسان از چیزی و کسی می‌ترسد، رابطه محبت و مودت نیز با او داشته باشد و به عبارتی از ترس خود لذت ببرد و برایش امری مطلوب باشد؟!

در فرهنگ اسلامی و در قرآن و روایات، خوف از خدا و ترغیب و تشویق به آن و ممدوح بودنش، امری انکارناپذیر و مسلم است. با این همه برخی خواسته‌اند با طرح برخی شبهات بی‌مایه و ضعیف، در این مسئله تردید ایجاد کنند. مثلاً گاهی گفته می‌شود انسان از موجودات وحشتناک می‌ترسد؛ مگر خدای متعال موجودی ترسناک و وحشتناک است که از آن بترسیم؟!

روشن است که این شبهه، سخنی بسیار سبک و کودکانه و پاسخ آن بسیار روشن است. پاسخ همه این قبیل شبهات، این است که خوف از خدا در واقع به سبب اعمال خود ما و نظامی است که خداوند برای اعمال زشت مقرر فرموده است. خدای متعال نظام هستی را طوری قرار داده که در آن، ارتکاب گناه آثاری سوء در پی دارد. خداوند در روز قیامت انسان را زنده می‌کند و اگر فرد با ارتکاب به گناه مستحق عقاب گردیده باشد، او را به جهنم می‌برد و عذاب می‌کند. این نظام لایتغیر جهان هستی است و از آن رو ما می‌ترسیم که در اثر اعمال زشت و گناهان خویش، مشمول این نظام گردیم و خدای ناکرده به آتش قهر الهی گرفتار آییم؛ بنابراین خداوند موجودی وحشتناک و ترسناک نیست؛ بلکه آنچه ترسناک است، اعمال و رفتار سوء خود ماست که ممکن است بر اساس نظامی که خداوند مقرر فرموده، ما را به سوی جهنم و عذاب الهی سوق دهد.

### آثار خوف از خدا

خوف از خداوند آثار بسیاری دارد که به طور نمونه به چند مورد اشاره می‌گردد:

#### ۱. پذیرفتن انذار و تذکر:

خداوند قرآن را که نامه هدایت بشر است، فرستاد تا فطرت خدایی انسان را به یاد او آورد. کسی از این سخن یادآور فطرت خویش می‌شود که در دل خود، ترس خدا داشته باشد. خداوند خطاب به پیامبر می‌فرماید:

«طه ما أَنْزَلْنَا عَلَيْكَ الْقُرْآنَ لِتَشْقَىٰ إِلَّا تَذَكُّرَةً لِّمَن يَخْشَىٰ»<sup>۱</sup> ای پیامبر! قرآن را بر تو نازل نکردیم تا به رنج افتی. آن را فقط برای یادآوری کسانی که از [خدا] می‌ترسند، نازل ساختیم.

خداوند پیامبر خود را امر می‌کند مردم را تذکر دهد و فایده این تذکر را از آن مردم خدا ترس معرفی می‌کند:

«فَذَكِّرْ إِن نَّفَعَتِ الذِّكْرَىٰ \* سَيَذَكِّرُ مَن يَخْشَىٰ»<sup>۲</sup> پس پسند ده اگر پنددادن مفید باشد\* به زودی کسی که از خداوند می‌ترسد، متذکر می‌شود.

## ۲. اقدام به عمل:

امیرمؤمنان علی علیه السلام می‌فرماید:

«چگونه است که بنده، هرگاه از خلق خدا بیمناک می‌شود، خود را مهیا می‌سازد و چون از خدا می‌ترسد، آمادگی خویش را به بعد او می‌گذارد و وعده می‌دهد که در آینده عمل خویش را اصلاح می‌کنم»<sup>۳</sup>.

امیرالمؤمنین علیه السلام با این سخن نشان می‌دهند که هر ترسی را نمی‌توان ترس واقعی از خدا دانست. ترس واقعی از خدا، علت اقدام به عمل است و هرگاه معلول آن موجود نباشد؛ یعنی عمل بنده درست و صالح نگردیده باشد، معلوم می‌شود که علت هنوز موجود نیست.

در قرآن کریم نیز خدا ترسی یکی از علل مبادرت به عمل صالح و پیشی گرفتن در خیرات معرفی شده است:

«إِنَّ الَّذِينَ هُمْ مِّنْ خَشْيَةِ رَبِّهِمْ مُّشْفِقُونَ \* وَالَّذِينَ هُمْ بِآيَاتِ رَبِّهِمْ يُؤْمِنُونَ \* وَالَّذِينَ هُمْ بِرَبِّهِمْ لَا يُشْرِكُونَ \* وَالَّذِينَ يُؤْتُونَ مَا آتَوْا وَقُلُوبُهُمْ وَجَلَةٌ أَنَّهُمْ إِلَىٰ رَبِّهِمْ رَاجِعُونَ \* أُولَٰئِكَ يُسَارِعُونَ فِي الْخَيْرَاتِ وَهُمْ لَهَا سَابِقُونَ»<sup>۴</sup> در حقیقت

۱. طه: ۱-۳.

۲. اعلی: ۹-۱۰.

۳. نهج البلاغه، خطبه ۱۱.

۴. مؤمنون: ۵۷-۶۱.

کسانی که از بیم پروردگارشان هراسانند و کسانی که به نشانه‌های پروردگارشان ایمان می‌آورند و آنان که به پروردگارشان شرک نمی‌آورند و کسانی که آنچه را دارند در راه خدا می‌دهند، در حالی که دل‌هایشان ترسان است و می‌دانند که به سوی پروردگارشان باز خواهند گشت. آنانند که در کارهای نیک شتاب می‌کنند و در انجام آن‌ها سبقت می‌جویند.

### ۳. هدایت:

خوف و خشیت بنده از خداوند، افزون بر آنکه او را پندپذیر و عامل به خیرات می‌سازد، هدایت‌یافتن او را در پی دارد. در قرآن کریم خداترسی در زمره عواملی معرفی شده که هدایت‌یافتگی را موجب می‌شوند:

«إِنَّمَا يَعْمُرُ مَسَاجِدَ اللَّهِ مَنْ آمَنَ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ وَأَقَامَ الصَّلَاةَ وَآتَى الزَّكَاةَ وَلَمْ يَخْشَ إِلَّا اللَّهَ فَعَسَىٰ أُولَٰئِكَ أَنْ يَكُونُوا مِنَ الْمُهْتَدِينَ»<sup>۱</sup> مساجد خدا را تنها کسانی آباد می‌کنند که به خدا و روز بازپسین ایمان آورده و نماز برپا داشته و زکات داده و جز از خدا ترسیده‌اند. پس امید است که اینان از راه‌یافتگان باشند.

### ۴. مغفرت:

کسی که خدا ترس است، افزون بر اینکه انذار پیامبر را پذیرا می‌شود، مشمول بخشایش پروردگار است و پاداشی نیکو می‌یابد.

«إِنَّ الَّذِينَ يَخْشَوْنَ رَبَّهُم بِالْغَيْبِ لَهُمْ مَغْفِرَةٌ وَأَجْرٌ كَبِيرٌ»<sup>۲</sup>

آنانی که در نهان از پروردگارشان می‌ترسند، آنان را آمرزش و پاداشی بزرگ خواهد بود.

۱. توبه: ۱۸.

۲. ملک: ۱۲.



در این آیه بر ترس بنده از خداوند در نهان تأکید شده است. ترس نهانی، ترسی است که همواره با انسان خداترس همراه است و او را در برابر انگیزه‌های نفسانی و شهوانی محافظت می‌کند و حسن فاعلی عمل را تضمین می‌نماید و در حسن فعلی عمل نیز تأثیری به سزا دارد.

### ۵. آخرت نیکو:

ترس از خدا انسان را به راه راست هدایت می‌کند و از اعمال نادرست باز می‌دارد و انگیزه عمل صالح را پدید می‌آورد. طبیعی است چنین انسانی خانه آخرت خویش را آباد می‌کند و در بهشت الهی، از روزی‌های پاکیزه بهره‌مند می‌شود:

«وَأَمَّا مَنْ خَافَ مَقَامَ رَبِّهِ وَنَهَى النَّفْسَ عَنِ الْهَوَىٰ \* فَإِنَّ الْجَنَّةَ هِيَ الْمَأْوَىٰ»: <sup>۱</sup> و اما کسی که از ایستادن در برابر پروردگارش هراسید و نفس خود را از هوس بازداشت \* پس جایگاه او همان بهشت است.

### ۶. رضایت خداوند:

خجسته‌ترین و زیباترین نتیجه‌ای که از خداترسی، هدیه بنده مؤمن می‌شود، کسب رضای خداست:

«إِنَّ الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ أُولَٰئِكَ هُمْ خَيْرُ الْبَرِيَّةِ \* جَزَاؤُهُمْ عِنْدَ رَبِّهِمْ جَنَّاتٌ عَدْنٌ تَجْرِي مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ خَالِدِينَ فِيهَا أَبَدًا رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمْ وَرَضُوا عَنْهُ ذَٰلِكَ لِمَنْ خَشِيَ رَبَّهُ»: <sup>۲</sup>

همان کسانی که ایمان آوردند و عمل صالح نمودند، آنان بهترین آفریدگانند \* پاداش آنان نزد پروردگارشان، باغ‌های بهشت جاودان است که از زیر درختان آن نهرها روان است. همیشه در آن می‌مانند. هم خدا از آنها خشنود است و هم آنها از خدا خشنودند؛ و این مقام والا برای کسی است که از پروردگارش بترسد.

۱. نازعات: ۴۰ - ۴۱.

۲. بینه: ۷ - ۸.

### چگونه خوف پیدا کنیم؟

حالت خوف وقتی پدید می‌آید که از وقوع یک امر ناخوشایند و خطرناک که ناخوشایندی و ضرر آن زیاد و دفع آن دشوار است، آگاه می‌شویم. پس آگاهی مهم‌ترین شرط پدید آمدن خوف است. هر چه قوت آگاهی بیشتر و یقین افزون‌تر باشد، احساس خوف قوی‌تر و آثار خوف بیشتر پدیدار می‌شود.

به این ترتیب گسترش و تقویت آگاهی از امور ترس‌آور در رابطه انسان با خدا، مرتبه خوف را بالاتر می‌برد. هر چه یقین خود را به انواع امور ترس‌آور افزایش دهیم، خوف ما پایدارتر و شدیدتر خواهد بود. یقین به روز جزا و وجود عذاب آخرت، وقوف به گناهکار بودن خود، یقین به امکان بروز غفلت در هر لحظه زندگی و یقین به دگرگونی احوال انسان و احتمال سوء عاقبت، هر یک به تنهایی می‌تواند خوف را در دل زنده کند و آثار خوف را پدید آورد.

بنابراین یک روش برای تحصیل و تقویت خوف، آگاه‌شدن و تقویت یقین است. روش دیگر رجوع پی‌درپی به آگاهی‌ها و یادآوری امور ترس‌آور است که این روش را تذکر می‌نامیم. تذکر به شیوه‌های مختلفی امکان‌پذیر است؛ مهم‌ترین اصل این است که انسان خود را در معرض امور تذکر دهنده قرار دهد.

حضور در مجالسی که از خوف خدا و احوال قیامت سخن می‌گویند، یا مطالعه آیات و روایاتی که قیامت و دیگر امور ترس‌آور را مطرح می‌کنند، مجالست با انسان‌هایی که به راستی خوف خدا را در دل دارند و امثال این موارد، می‌تواند خوف را در دل تجدید کند. یکی از کارهایی که خوف را در دل پایدار می‌کند، عمل به مقتضای خوف است.

اگر کسی از امور اخروی هراسناک شود و در پی عمل صالح برآید و از گناه پرهیز کند، خوف خود را حفظ و آن را تحکیم می‌کند؛ ولی اگر گناه کند و عمل صالح را ترک نماید، رفته‌رفته حالت خوف در او زائل می‌شود.

### جوان خائف

سلمان فارسی از بازار آهنگران کوفه عبور می‌کرد. دید مردم دور جوانی را که بیهوش بر زمین افتاده، گرفته‌اند. وقتی مردم حضرت سلمان را دیدند، از محضر ایشان

درخواست کردند که دعایی بخواند، تا جوان از حالت بیهوشی نجات یابد. وقتی سلمان نزدیک جوان آمد، جوان برخاست و گفت: مرا عارضه‌ای نیست. از این بازار عبور می‌کردم که دیدم آهنگران چکش‌های آهنین می‌زنند. یادم آمد که خداوند متعال در قرآن می‌فرماید:

«وَلَهُمْ مَقَامِعٌ مِنْ حَدِيدٍ»<sup>۱</sup> برای کفار، گرز گران و عمودهای آهنین است که بر سر آنها مهیا باشد.

تا این آیه را شنیدم، این حالت به من دست داد. سلمان به آن جوان علاقمند شد، محبت او در دلش جای گرفته و او را برادر خود قرار داد و آنها پیوسته با هم دوست بودند تا اینکه جوان مریض شد و به حالت احتضار افتاد. سلمان به بالین وی آمد و بالای سرش نشست. در این حال سلمان به عزرائیل توجه کرد و گفت: ای عزرائیل! با برادر جوانم مدارا کن و نسبت به وی مهربان و رؤوف باش! عزرائیل در جواب گفت: ای بنده خدا! من نسبت به همه افراد مؤمن، مهربان و رفیق هستم.<sup>۲</sup>

### عقوبت با آتش

روزی امیرالمؤمنین با جمعی از اصحاب بودند که شخصی آمد و عرض کرد: یا امیرالمؤمنین! من به پسری دخول کردم، مرا پاک کن.

امام فرمود: برو به منزل خودت، شاید صفرا یا سودا بر تو غلبه کرده باشد. چون فردا شد، باز آمد و اقرار بر عمل ناشایسته کرد. امام همان جواب را فرمودند. روز سوم آمد و اقرار کرد و امام جواب اول را دادند. روز چهارم آمد و اقرار کرد، امام فرمود: حالا که چهار مرتبه اقرار کردی، پیامبر صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ برای حد این عمل، سه حکم فرموده است، یکی از این سه را انتخاب کن.

فرمود: شمشیر بر گردن زدن، انداختن از بلندی یا با حالتی که دست و پا بسته باشد، سوزانیدن به آتش.

۱. حج: ۲۱.

۲. یکصد موضوع، پانصد داستان.

آن مرد گفت: کدام یک از این سه عقوبت، بر من سخت‌تر است؟  
 فرمود: سوختن با آتش، عرض کرد: یا علی عَلَيْهِ السَّلَام من همین را اختیار کردم.  
 امام فرمود: پس خودت را برای این کار آماده کن. عرض کرد: حاضر شدم. برخاست  
 و دو رکعت نماز خواند و بعد از آن گفت: خداوند! مرتکب گناهی شده‌ام که تو  
 می‌دانی و از عذاب تو ترسیدم و به خدمت وصی رسول الله و پسر عموی آن حضرت  
 آمده‌ام و از او خواستم مرا از آن گناه که انجام داده‌ام، پاک کند. او مرا مخیر در سه  
 نوع از عذاب کرد و من سخت‌ترین آنها را اختیار کرده‌ام. خداوند! از رحمت تو  
 می‌خواهم که این سوختن در دنیا را کفاره‌ام قرار دهی و مرا در آخرت نسوزانی...!!  
 بعد از آن برخاسته و گریه‌کنان خود را بر آن گودال انداخت که آتش در آن  
 شعله می‌کشید.

امام از این مشاهده این منظره به گریه افتاد و اصحاب هم گریه کردند. آن‌گاه  
 ایشان فرمود: ای مرد! برخیز از میان آتش که ملائکه را به گریه درآوردی. خداوند  
 توبه تو را قبول کرد. برخیز و دیگر به این کار نزدیک مشو...!  
 در روایت دیگر دارد که شخصی گفت: یا امیرالمؤمنین آیا حدی از حدود  
 خداوند را تعطیل می‌کنی؟ فرمود: وای بر تو! هرگاه امام از طرف خداوند منصوب  
 باشد و گناهکار از گناه خود توبه کند، بر خداست که او را بیامرزد.<sup>۱</sup>

۱. داستان‌های زندگی علی علیه السلام؛ ص ۵۱.