







## اردو بہشت

سه روز مهمان خدا در اعتکاف

کتاب کار امام مسجد



**اردو بهشت** (سه روز مهمان خدا در اعتکاف)

تنظیم و تولید: اداره تولیدات فرهنگی

نویسنده: حمیدرضا مهدوی ارفع

ارزیاب علمی: حجت الاسلام والمسلمین جواد محدثی

ویراستار: سیدحمید حیدری ثانی و سیدعلی آقا حیدری

طرح جلد: گرافیک آسمان

صفحه آرا: محمود کریم پور

ناشر: معاونت تبلیغات آستان قدس رضوی

چاپخانه: مؤسسه فرهنگی قدس

تیراژ: ۱۰۰۰ نسخه

نوبت چاپ: اول، ۱۳۹۶

نشانی: حرم مطهر رضوی، صحن جامع، ضلع غربی (جنب باب الہادی علیہ السلام)،

صندوق پستی: ۳۵۱ - ۹۱۷۳۵

مدیریت فرهنگی

تلفن: ۳۲۰۰۲۵۶۷ - ۵۱

## فهرست

- درآمد ..... ۷
- تاریخچهٔ اعتکاف ..... ۹
- پیشینهٔ اعتکاف در ایران ..... ۱۰
- اعتکاف در عصر حاضر ..... ۱۲
- اعتکاف پس از انقلاب ..... ۱۴
- استقبال عموم ..... ۱۴
- نقش اعتکاف در انس با مسجد ..... ۱۵
- آثار اعتکاف ..... ۱۶
- عبادات جانشین اعتکاف ..... ۱۷
- آسیب‌های اعتکاف و ضرورت برنامه‌ریزی ..... ۱۸

۵



فهرست

### بخش اول:

- فعالیت‌های پیش از اعتکاف ..... ۲۵**
- مقدمه ..... ۲۷
- فصل اول: تبلیغات و تشویق و زمینه‌سازی ..... ۲۹**
- ۱.۱. زمان شروع تبلیغ ..... ۲۹
- ۲.۱. تبیین آسانی شروط و احکام اعتکاف برای همگان ۳۰
- ۳.۱. سازمان‌دهی خادمان اعتکاف ..... ۳۴
- فصل دوم: فراهم کردن امکانات و فضای مناسب ..... ۳۵**
- فصل سوم: اطلاع‌رسانی و سهمیه‌بندی و ثبت نام ..... ۳۷**

### بخش دوم:

- فعالیت‌های حین اعتکاف ..... ۴۱**
- فصل چهارم: استقبال معنوی از اعتکاف ..... ۴۳
- فصل پنجم: استقبال از معتکفان ..... ۴۴
- فصل ششم: برنامه‌های اعتکاف ..... ۴۵
- ۱.۶. برنامه‌های عمومی ..... ۴۵
- ۲.۶. برنامه‌های اختصاصی ..... ۴۸



## فصل هفتم: مراقبت‌ها و ملاحظات ..... ۴۸

۱. برنامه‌ریزی نظارت و بازرسی ..... ۴۹
۲. توجه به مسئله خواب ..... ۴۹
۳. پیشگیری و علاج افسردگی ..... ۵۰
۴. توجه به ادعیه و اعمال عمومی‌تر ..... ۵۰
۵. اهتمام ویژه به بهداشت فردی و محیط ..... ۵۱
۶. احترام به «خلوت و سکوت» و اندیشیدن افراد و جزو برنامه‌دانشتن آن ..... ۵۱

### بخش سوم:

## فعالیت‌های پس از اعتکاف ..... ۵۳

- ### فصل هشتم: اختتامیه اعتکاف ..... ۵۵
- ### فصل نهم: پس از پایان مراسم اعتکاف ..... ۵۶
۱. غبارروبی پایانی ..... ۵۶
  ۲. بررسی اموال و امکانات ..... ۵۶
  ۳. تصفیه حساب و حسابرسی ..... ۵۷
  ۴. تهیه گزارش نهایی اعتکاف ..... ۵۷
  ۵. سپاسگزاری از خادمان و دست‌اندرکاران ..... ۵۸

### بخش چهارم:

## پیوست‌ها ..... ۶۱

۱. چک‌لیست اقدامات ..... ۶۳
۲. فهرستی از آیات، روایات، سخنان بزرگان و اشعار مناسب برای تبلیغ اعتکاف ..... ۶۵
۳. سوژه‌ها و طرح سخنرانی‌های اعتکاف ..... ۸۰
۴. نمونه برگ شناسایی و سازمان‌دهی خادمان ..... ۱۳۶
۵. نمونه برگ ثبت نام معتکفان ..... ۱۳۸
۶. نمونه برگ توانمندی‌ها و علاقه‌مندی‌های معتکفان ..... ۱۴۱

## درآمد

هیچ کُنْجی بی دد و بی دام نیست  
جز به خلوتگاه حق، آرام نیست  
اعتکاف فرصت بسیار مناسبی است تا انسانی  
که در پیچ و خم‌های مادی غرق شده است، خود  
را بازیابد و به قصد بهره‌بردن از ارزش‌های معنوی،  
از علایق مادی دست بکشد و ندای ﴿يَا أَيُّهَا  
الْإِنْسَانُ إِنَّكَ كَادِحٌ إِلَىٰ رَبِّكَ كَدْحًا فَمُلَاقِيهِ﴾<sup>۱</sup> را  
دوباره سر دهد.

سالک و پویا به سوی معبود حقیقی خویش، باید  
راه تهذیب نفس و عبادت حقیقی را در پیش گیرد  
و در این راه لازم است گاهی به گوشه‌ای خلوت  
پناه ببرد تا به مدد ذکر و فکر، راه رفته را بازبینی و  
راه مانده را بازشناسی و خویشتن را بازسازی کند.  
ادیان الهی برای خلوت با خداوند فرصت‌هایی  
را در نظر گرفته‌اند که زیباترین و جامع‌ترین  
آن، اعتکاف است. اعتکاف فصلی است برای  
گریستن، برای ریزش باران رحمت، برای شستن  
آلودگی‌های گناه، برای پاک کردن نامه اعمال و  
برای نورانی ساختن دل و صفابخشیدن به روح.  
اعتکاف بازگشت به اصل خویشتن است، همان  
اصلی که با ﴿نَفَخْتُ فِيهِ مِنْ رُوحِي﴾<sup>۲</sup> بر ملک  
شرافت یافت و با ﴿فَتَبَارَكَ اللَّهُ أَحْسَنُ الْخَالِقِينَ﴾<sup>۳</sup>  
خلعت خیرالمخلوقین بر تن کرد. اعتکاف نظر  
روح به چشم انداز دل نواز ﴿إِنَّا لِلَّهِ﴾ است از روزنه

۱. انشقاق، ۶.

۲. حجر، ۲۹.

۳. مؤمنون، ۱۴.

نوید بخش ﴿إِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ﴾<sup>۱</sup>.

اعتکاف تمرین بریدن از ظاهر و سفر به حقیقت است. اعتکاف ارتحال اختیاری از ناسوت و تولد در ملکوت است. پس اعتکاف فرصتی است برای اندیشیدن به مرگ و مهیاشدن برای آن سفر پرشور. جدایی سه شبانه‌روز از فرزند و عیال و خانمان، تجربه شیرین انقطاع کامل از ماسوی الله به عنوان شرط لازم اتصال بالله و فنا فی الله<sup>۲</sup> است. این، آغاز جوشش شوق آزادی از زندان دنیا و لقای خداست.

اعتکاف معجون و عصاره امهات عبادات اسلامی است: حضور در مسجد و روزه که این هر دو از ارکان اعتکاف است و نیز نماز و دعا و مناجات، قرائت قرآن و اذکار مقدس و افکار مبارک، همه این‌ها در مسجد و به طبع همراه با وضو و طهارت است. اعتکاف، هم حج است و هم جهاد و هم امر به معروف. محرمات و احکام اعتکاف، انسان را به یاد حج می‌اندازد. شرکت در اعتکاف، افزون بر اینکه ورود به عرصه جهاد با نفس است، روحیه معنوی و توجه به ارزش‌های الهی را در همگان تقویت می‌کند. حضور جمعی در اعتکاف، امر به معروف و نهی از منکر است؛ آن هم امر و نهی عملی و نه زبانی.

بنابراین اعتکاف فقط رفتاری فردی نیست؛

۱. بقره، ۱۵۶.

۲. اشاره است به این بند از مناجات شریف شعبانیه: «إِلٰهِي هَبْ لِي كَمَالَ الْإِنْقِطَاعِ إِلَيْكَ وَ أَنْزِ أَنْصَارَ قُلُوبِنَا بِضِيَاءِ نَظَرِهَا إِلَيْكَ حَتَّى تَخْرُقَ أَنْصَارُ الْقُلُوبِ حُجُبَ النُّورِ فَتَصِلَ إِلَى مَغْدِنِ الْعَظْمَةِ وَ تَصِيرَ أَرْوَاحَنَا مُعَلَّقَةً بِعِزِّ قُدْسِكَ» (عباس قمی، مفاتیح الجنان، اعمال ماه شعبان).



بلکه به تعبیر امروزی‌ها راهبرد «اصلاح فرد و محیط» است. در عین خلوت، جلوت است و در عین خودسازی، دیگرسازی و... .

## تاریخچه اعتکاف

اصل اعتکاف، فارغ از روش برگزاری و فروع آن، به شهادت روایات و تفاسیر، از پیشینه‌ای بس طولانی برخوردار است و مختص به اسلام و مسلمانان نیست. مکتب نورانی اسلام تغییراتی در آن ایجاد کرد و بدان تکامل بخشید. به نمونه‌هایی از اعتکاف شخصیت‌های بزرگ تاریخ قبل از اسلام توجه بفرمایید:

۱. علامه مجلسی رحمته‌الله‌علیه در بحار الانوار درباره اعتکاف سلیمان نبی علیه‌السلام می‌نویسد: «گفته شده که سلیمان علیه‌السلام در مسجد بیت المقدس به مدت یک سال و دو سال و یک ماه و دو ماه و کمتر و بیشتر اعتکاف می‌کرده است و خوراک برای آن حضرت فراهم می‌شد و او در همان جا به عبادت می‌پرداخت.»<sup>۱</sup>

۲. بر اساس آیات قرآن کریم، حضرت مریم علیها‌السلام در زمان ملاقات با فرشته الهی، از مردم دوری گزیده و در گوشه خلوتی، به عبادت مشغول بوده است. علامه طباطبایی، نویسنده تفسیر گران سنگ المیزان، در این باره می‌نویسد: «گویا مقصود از دوری مریم از مردم، بریدن از مردم و

۱. محمدباقر مجلسی، بحار الانوار، ج ۱۴، ص ۱۴۱.

روی آوردن به اعتکاف برای عبادت بوده است.<sup>۱</sup>  
 ۳. برخی از روایات اهل سنت دلالت می‌کند که سنت اعتکاف با قوانین و وضع خاص آن، حتی در زمان جاهلیت هم مرسوم بوده است.<sup>۲</sup>  
 ۴. از دیرباز، سنت اعتکاف در عربستان با آداب و شکوه مخصوصی در حرم امن الهی و حرم مطهر نبوی برگزار می‌شود. همچنین برپایی این عبادت پیرارج و ارزش در مسجد کوفه، قدمتی طولانی دارد تا جایی که در کتاب‌های معتبر، از عدهٔ زیادی از بزرگان شیعه نام برده شده است که در این مسجد مقدس معتکف می‌شده‌اند، بزرگانی همچون مقدس اردبیلی (وفات: ۹۹۳) و میرزا حسین خلیلی، از شاگردان برجستهٔ نویسندهٔ جواهر و نیز شیخ انصاری؟ رحما؟ (وفات: ۱۳۲۶).

### پیشینهٔ اعتکاف در ایران

اعتکاف در کشور ایران تاریخچه‌ای پرفراز و نشیب دارد. در هر عصری که عالمان برجستهٔ دینی به اعتکاف اهتمام ورزیده‌اند، مردم مسلمان نیز از آنان پیروی کرده و اعتکاف را ارج نهاده‌اند. در عصر صفوی، در سایهٔ تلاش‌های دو عالم بزرگ آن زمان، مرحوم شیخ بهایی (۹۵۲ تا ۱۰۳۰) و شیخ لطف‌الله میسی عاملی اصفهانی<sup>۴</sup> (وفات:

۱. سید محمد حسین طباطبائی، المیزان فی تفسیر القرآن، ج ۱۴، ص ۳۴ و ۳۵.

۲. نک: مسلم نیشابوری، صحیح مسلم، ج ۱۱، کتاب التذکر، ص ۱۲۴؛ علی اصغر مروراید، سلسلهٔ البناویع الفقهیة، کتاب الصوم، ج ۶؛ علی بن حسین موسوی بغدادی، المسائل الناصریات، ص ۱۱۹.

۳. عباس قمی، الفوائد الرضویة، ص ۲۳.

۴. برای آشنایی با زندگی شیخ لطف‌الله میسی عاملی اصفهانی، نک: محمد باقر موسوی خوانساری، روضات الجنات، ج ۱، ص ۳۱.

۱۰۳۲ یا ۱۰۳۴)، اعتکاف در شهرهای ایران به ویژه قزوین و اصفهان رونق خاصی یافت.

شیخ لطف‌الله میسی از علمای معاصر شیخ بهایی است. او از نظر علمی به پایه شیخ بهایی نمی‌رسد؛ ولی در حد خود، فرزانه‌ای درخور اعتناست؛ تا جایی که شاه‌عباس اول صفوی مسجد جامع شیخ لطف‌الله را برای او و به نام او ساخت و شیخ لطف‌الله میسی تا پایان عمر در آن مسجد اقامه جمعه و جماعت می‌کرد.

کوشش‌های فراوان شیخ لطف‌الله در زمینه احیای اعتکاف، با مشکلات و عکس‌العمل منفی و حسادت‌های فراوان برخی از معاصرانش روبه‌رو شد؛ از جمله، بسیاری از بدخواهانش شبهات و ابهاماتی در جامعه پراکنده می‌کردند. همین شبهات باعث شد که شیخ لطف‌الله رساله ماء الحیاة و صافی الفرات فی رفع التوهّمات و الشبهات مشهور به رساله الاعتکافیة<sup>۱</sup> را تألیف کند. با تلاش‌های او، اعتکاف به سنتی رایج و زنده تبدیل شد و حسنه جاریه‌ای شد در میان اهل ایمان<sup>۲</sup>.

در مقدمه رساله اعتکافیه می‌خوانیم:

من پیرو آثار پیامبر و عترت پاک اویم و در گفتار و کردار دنباله‌رو آنانم. یکی از سنت‌های اسلامی که نزد همگان، اعم از شیعه و سنی، معروف و مشهور است،

۱. میراث اسلامی، دفتر اول، به تصحیح احمد عابدی رضوان شهری، ص ۳۱۱ تا ۳۳۷.

۲. تک: میراث اسلامی، دفتر اول، به تصحیح احمد عابدی رضوان شهری، ص ۳۱۶



اعتکاف است. برپایی آن خصوصاً در دههٔ آخر ماه مبارک، یک عبادت اسلامی است. من به این سنت اسلامی در همه جا و به ویژه در قزوین و اصفهان عمل کردم و برادران دینی را نسبت به برپاداشتن آن تشویق نمودم؛ تا اینکه به یاری خداوند، اعتکاف به صورت سنتی رایج و زنده در آمد و حسنه‌ای جاریه در میان اهل ایمان شد.

### اعتکاف در عصر حاضر

خوشبختانه اکنون در بسیاری از شهرهای کشورمان مراسم اعتکاف در روزهای ۱۳ و ۱۴ و ۱۵ ماه رجب (ایام البیض) برگزار می‌شود. این سنت حسنه را ابتدا در شهر مقدس قم، عالم ربانی میرزامهدی بروجردی احیا کرد و رفته رفته در شهرهای دیگر رواج یافت؛ بنابراین می‌توان گفت که مرحوم میرزامهدی بروجردی (۱۳۰ تا ۱۳۸۹ق) پرچم دار اعتکاف در شهر قم بوده است. او از ملازمان و کارپردازان آیت‌الله شیخ عبدالکریم حائری یزدی مؤسس حوزهٔ علمیهٔ قم به شمار می‌رود. بروجردی این کار بزرگ را در زمانی انجام داد که رضاخان، اوضاعی بسیار دشوار برای روحانیت و حوزه‌های علمیه فراهم آورده بود. یکی از شاگردان آیت‌الله العظمی بروجردی و علامه طباطبایی دربارهٔ همت مرحوم میرزامهدی بروجردی می‌فرماید:

ایشان زمانی، به تنهایی در مسجد

امام حسن عسکری معتکف می‌شدند و هیچ‌کس دیگری با وی نبود. بعدها دوستان دیگری نیز به این جمع پیوستند و به فضل الهی، اعتکاف عمومی شد... در سال‌های انقلاب، مراسم اعتکاف قدری رنگ و بوی سیاسی هم به خود گرفته بود؛ زیرا در اعتکاف، از شخصیت‌های انقلابی و طرف‌دار امام خمینی علیه السلام، شیخ آیت‌الله میرزا علی مشکینی، دعوت می‌شد. در سخنرانی‌ها گاه مطالبی علیه رژیم پهلوی مطرح می‌شد و معتکفان برای امام خمینی که در آن زمان از سوی رژیم به نجف اشرف تبعید شده بود، دعا می‌کردند که این برای رژیم، بسیار ناخوشایند بود.<sup>۱</sup>

قریب به ۸۵ سال است که شهر مذهبی قم و حوزه علمیه آن از موهبت اعتکاف برخوردار است و این سنت به صورت رسمی در این شهر برگزار می‌شود. مرحوم آیت‌الله العظمی شیخ عبدالکریم حائری یزدی، مؤسس حوزه علمیه قم، خود بر احیای این سنت نبوی تأکید می‌کرد و اولین شخصیت‌هایی که توفیق پیدا کردند به صورت انگشت‌شمار اعتکاف را احیاکنند، شاگردان آن بزرگوار بودند؛ مثل آیت‌الله العظمی گلپایگانی. در طول چند دهه، اعتکاف به همین صورت بین خواص برگزار می‌شد و بیشتر بر محور حوزه علمیه و طلاب علوم دینی و شاگردان مکتب

۱. رحیم نوبهار، اعتکاف؛ سنتی محمدی، ص ۲۷ و ۲۸.

امام صادق علیه السلام دور می‌زد و مردم تقریباً از این موهبت یا بی‌خبر بودند یا دست‌کم استقبال نمی‌کردند؛ ولی به برکت انقلاب اسلامی، اعتکاف همگانی شد. امروزه به حمد خدا، تمامی قشرها با گرایش‌ها و سلیقه‌های مختلف، اعم از زن و مرد و پیر و جوان، در مراسم اعتکاف قم و سراسر کشور حضور دارند.

### اعتکاف پس از انقلاب

پس از انقلاب، گرایش به معنویات موجب توجه مردم به سنت‌های حسنه‌ای چون اعتکاف شد و آثار و برکات فردی و اجتماعی این عبادت انسان‌ساز زمینه‌گسترش و رشد آن را فراهم کرد. از سال ۱۳۷۵ این سنت نبوی در سراسر کشور به‌گونه‌ای فراگیر در معرض توجه قرار گرفت؛ به‌گونه‌ای که هر سال آمار معتکفان افزایش یافته و خیل علاقه‌مندان و مشتاقان به‌ویژه جوانان و نوجوانان، رشد چشمگیری داشته است و اکنون از شعائر مهم در ایام البیض رجب به شمار می‌آید.

### استقبال عموم

آمار رسمی در خصوص برگزاری سنت حسنه اعتکاف که هر ساله سازمان تبلیغات اسلامی اعلام می‌کند، نشانگر این است که تعداد شرکت‌کنندگان در این مراسم، هر سال نسبت به سال قبل افزایش یافته است. در حال حاضر قریب به بیست‌هزار نفر در اعتکاف ماه رجب شرکت می‌کنند.

## نقش اعتکاف در انس با مسجد

پیش‌تر بیان شد که اعتکاف فرصتی است برای خلوت با خود و خدا و مختص به اسلام نیست؛ لکن باید دانست که مکتب نورانی اسلام، همانند بسیاری از سنت‌های حسنهٔ اقوام و ادیان پیشین، این سنت زیبا را نیز با تغییراتی، به تکامل رسانده است؛ از جمله اینکه در گذشته، اعتکاف به حضور در مسجد مشروط نبود و در هر مکانی می‌شد انجامش داد؛ ولی از نظر اسلام، «حضور در مسجد» شرط صحت اعتکاف قرار گرفت. راز این اشتراط را باید در خواص مسجد دانست که به برکت اعتکاف به معتکفان سرایت می‌کند. برخی از ویژگی‌های مسجد در فرهنگ اسلامی را می‌توان چنین برشمرد:

۱. مسجد محل دیدار و زیارت خداست: «طُوبَى لِمَنْ تَوَضَّأَ فِي بَيْتِهِ ثُمَّ زَارَنِي فِي بَيْتِي...»<sup>۱</sup>
۲. مسجد محل آشنایی با تمام دین اعم از عقاید و اخلاق و احکام است؛
۳. مسجد محل انس با قرآن و دعاست؛
۴. مسجد کانون دوست‌یابی و دوستی‌های سالم و پایدار است؛
۵. مسجد جایگاه خلوت با خدا و تفکر نجات‌بخش است؛
۶. مسجد تجلی برتری تقوا بر سایر ملاک‌هاست؛
۷. حضور در مسجد فرصتی است برای

۱. حسین نوری، مستدرک الوسائل و مستنبط المسائل، ج ۳، ص ۲۶۳.

معاشرت با مؤمنان و تلاش برای رفع مشکلات آن‌ها؛

۸. مسجد فرصتی است برای تخلیه و تزکیه و تحلیه؛

۹. مسجد سنگر دفاع از ارزش‌ها و مقابله با جنگ نرم است؛

۱۰. مسجد کانون وحدت مسلمانان است.

تمام این ویژگی‌ها و آثار به برکت شرط حضور در مسجد، به معتکفان القا می‌شود و آنان را با مسجد و برکات آن بیش از پیش آشنا و مأنوس می‌سازد.

## آثار اعتکاف

در روایات شریفه اهل بیت علیهم‌السلام آثار معنوی گوناگونی برای اعتکاف بیان شده است که اهم این آثار را می‌توان چنین برشمرد:

۱. آمرزش گناهان گذشته: پیامبر اعظم صلی‌الله‌علیه‌وآله‌وسلم می‌فرماید: «مَنْ اَعْتَكَفَ اِيْمَانًا وَ اِحْتِسَابًا غُفِرَ لَهُ مَا تَقَدَّمَ مِنْ ذَنْبِهِ.»<sup>۱</sup> (هرکس از روی ایمان و برای جلب رضای خداوند معتکف شود، تمام گناهان گذشته‌اش آمرزیده می‌شود.)

۲. عاقبت به‌خیری: پیامبر اکرم صلی‌الله‌علیه‌وآله‌وسلم می‌فرماید: «مَنْ اَعْتَكَفَ يَوْمًا اِبْتِغَاءً وَجِهَ اللّٰهِ عَزَّ وَ جَلَّ جَعَلَ بَيْنَهُ وَ بَيْنَ النَّارِ ثَلَاثَةَ

۱. علی بن حسام‌الدین قادری الشاذلی الهمندی (متقی هندی)، کنز العمال، ج ۸،



خَنَادِقَ أَبْعَدَ مِمَّا بَيْنَ الْخَافِقَيْنِ.»<sup>۱</sup> (کسی که یک روز برای رضای خداوند معتکف شود، پروردگار بین او و جهنم فاصله‌ای به اندازه سه خندق قرار می‌دهد که بیش از فاصله مشرق و مغرب است.)

## عبادات جانشین اعتکاف

همواره عده‌ای از علاقه‌مندان اعتکاف، خواه به علت ناتوانی جسمانی یا موانع کاری و شغلی یا نبود ظرفیت کافی برای پذیرایی از همه مشتاقان، از حضور در این عبادت پُر اثر و پُر اجر محروم می‌شوند؛ از این رو شایسته است امام مسجد و سایر مبلغان محترم، راه‌های تدارک بهره‌آز دست‌رفته را به این علاقه‌مندان محروم از اعتکاف نشان بدهند. در روایات، برای برخی اعمال و عبادات ثوابی معادل یا برتر از اعتکاف برشمرده شده است. در ادامه به برخی از آن‌ها اشاره می‌کنیم:

۱. حل مشکلات برادران و خواهران ایمانی: امام سجاد علیه السلام در این خصوص می‌فرماید: «وَاللَّهِ لَقَضَاءُ حَاجَتِهِ يَغْنِي الْأَخَّ الْمُؤْمِنَ أَحَبُّ إِلَيَّ إِلَى اللَّهِ مِنْ صِيَامِ شَهْرَيْنِ مُتَتَابِعَيْنِ وَاعْتِكَافِهِمَا فِي الْمَسْجِدِ الْحَرَامِ.»<sup>۲</sup>

۲. نگاه به چهره عالم ربانی: امیرالمؤمنین علیه السلام می‌فرماید: «جُلُوسُ

۱. علی بن حسام‌الدین قادری الشاذلی الهندی (متوفی هندی)، کنز العمال، ج ۸، ص ۵۳۲.

۲. محمد بن حسن حرعاملی، وسائل الشیعة، ج ۱۰، ص ۵۵۶.

سَاعَةً عِنْدَ الْعُلَمَاءِ أَحَبُّ إِلَى اللَّهِ مِنْ عِبَادَةٍ  
 أَلْفِ سَنَةٍ وَ النَّظَرُ إِلَى الْعَالِمِ أَحَبُّ إِلَى اللَّهِ  
 مِنْ اعْتِكَافِ سَنَةٍ فِي الْبَيْتِ الْحَرَامِ.<sup>۱</sup>

۳. نگاه مشتاقانه به برادر دینی: پیامبر  
 اعظم ﷺ می فرماید: «نَظَرَ الرَّجُلِ إِلَى  
 أَخِيهِ عَنْ شُوقٍ خَيْرٌ مِنْ إِعْتِكَافِ سَنَةٍ فِي  
 مَسْجِدِي هَذَا».<sup>۲</sup>

۴. زیارت حضرت سیدالشهدا علیؑ:  
 ام سعید از امام صادق علیؑ درباره پاداش  
 زیارت سیدالشهدا علیؑ پرسید. حضرت  
 فرمود: «كَعْدَلِ حِجَّةٍ وَ عُمْرَةٍ وَ اعْتِكَافِ  
 شَهْرَيْنِ فِي الْمَسْجِدِ الْحَرَامِ وَ صِيَامِهَا وَ  
 خَيْرِهِمَا كَذَا» ام سعید می گوید: «در این  
 حال، حضرت دو دست خود را باز کرد و  
 سپس آن ها را به یکدیگر چسباند و این  
 عمل را سه مرتبه تکرار کرد.»<sup>۳</sup>

## آسیب‌های اعتکاف و ضرورت برنامه‌ریزی

انشای نانوشته غلط ندارد. این یک حقیقت است  
 که هر سنت حسنه‌ای در جامعه رواج می‌یابد، به  
 هر میزان بر حجم علاقه‌مندان آن افزوده شود،  
 احتمال بروز آفت در آن بیشتر می‌شود. از این  
 جهت، اعتکاف به عنوان سنتی جامع و پرتنوع که  
 به برکت انقلاب اسلامی احیا شده است نیز ممکن

۱. محمدباقر مجلسی، بحار الانوار، ج ۱، ص ۲۰۵.

۲. علی بن حسام‌الدین قادری الشاذلی الهندی (متقی هندی)، کنز العمال، ج ۳،  
 ص ۴۱۵، حدیث ۲۲۱۱.

۳. محمدباقر مجلسی، بحار الانوار، ج ۹۸، ص ۷۱.

است بر اثر غفلت یا ضعف در برنامه‌ریزی‌ها، به آفت‌هایی دچار شده باشد یا بشود.

در اکثر اوقات، ضعف‌های برنامه‌های فرهنگی نظیر اعتکاف، از فقدان یا کمبود امکانات و بودجه ناشی نیست؛ بلکه نتیجه ضعف برنامه‌ریزی و مدیریت است. پیامبر اعظم صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ می‌فرماید: «يَا ابْنَ مَسْعُودٍ إِذَا عَمِلْتَ عَمَلًا فَأَعْمَلْ بِعِلْمٍ وَ عَقْلٍ وَ إِتَاكَ وَ أَنْ تَعْمَلَ عَمَلًا يَغْيِرُ تَدْبِيرٍ وَ عِلْمٍ فَإِنَّهُ جَلَّ جَلَالُهُ يَقُولُ: ﴿وَلَا تَكُونُوا كَالَّتِي نَقَصَتْ غَزْلَهَا مِنْ بَعْدِ قُوَّةٍ أَنْكَاثًا﴾<sup>۱</sup>». (ای پسر مسعود، هرگاه کاری انجام می‌دهی، با آگاهی و عقل انجام بده. مبادا کاری را بدون برنامه‌ریزی و آگاهی انجام دهی. خداوند متعال می‌فرماید: «مانند زنی نباشید که رشته‌های خود را پس از محکم‌تاییدن، واتابید.») ضرورت کار علمی و میدانی در خصوص آسیب‌شناسی اعتکاف، می‌طلبد که مراکز علمی و صاحب‌نظران با همکاری ستادها و متولیان اعتکاف، به تحقیق در این خصوص اهتمام ویژه‌ای کنند. البته در این نوشتار مختصر نه مدعی آسیب‌شناسی جامع و مانع هستیم و نه درصدد آن؛ لکن از باب هشدار، به نمونه‌هایی از آسیب‌های اعتکاف که گاه در گوشه‌وکنار مشاهده شده است، اشاره می‌کنیم:

۱. فقدان برنامه مناسب و ازپیش‌طراحی‌شده که بتواند متناسب با حال‌وهوای معنوی اعتکاف، شرکت‌کنندگان را در تمام ساعت‌ها و

۱. نحل، ۹۲.

۲. محمدباقر مجلسی، بحار الانوار، ج ۷۷، ص ۱۰۰.

لحظه‌ها پشتیبانی کند. گاهی احساس می‌شود که خلوت با بیکاری اشتباه گرفته می‌شود.

۲. مناسب نبودن برخی برنامه‌ها با مقتضیات اعتکاف: تنوع و تکرر منطقی برنامه‌ها یکی از اصول جذابیت کار فرهنگی تبلیغی به شمار می‌رود؛ ولی مهم‌تر از آن، هم‌خوانی و هم‌سنجی برنامه‌ها با هدف و اقتضائات اعتکاف است. غفلت از این اصل، گاهی باعث می‌شود متولیان، برنامه‌هایی اجرا کنند که خارج از مقصد اعتکاف و حتی ناسازگار با شئون اعتکاف است؛ مثلاً پخش فیلم سینمایی و برگزاری جلسات پرسش و پاسخ با موضوعاتی مانند روابط دختر و پسر، از این دست خطاهاست.

۳. ضعف کیفی محتوای برنامه‌ها به‌ویژه سخنرانی‌ها و نشست‌های دینی در اعتکاف؛

۴. مرید و مراد بازی‌ها؛

۵. بیکاری به جای فراغت؛

۶. افراط و تفریط‌ها در امور معنوی؛

۷. بی‌توجهی به دسته‌بندی نیازهای

مخاطبان: عمومی یا اختصاصی؛

۸. غلبه رویکردهای علمی، سیاسی، اجتماعی،

عرفانی و... بر بُعد عبادی و تربیتی؛

۹. تراحم خلوت و جلوت؛

۱۰. رفیق بازی‌های مانع خلوت پربار؛

۱۱. فقدان آرامش و سکوت مناسب اعتکاف؛

۱۲. غلبه دغدغه امکانات مادی و رفاهی بر

محتوا؛

۱۳. مناسب نبودن برنامه‌ها و مکان و امکانات

با نیازها و مسائل بانوان: مهدکودک، استحمام، پوشیدگی مکان و...؛

۱۴. تبدیل شدن اعتکاف عبادی به مراسمی مذهبی و اجتماعی: گاهی دیده می‌شود که دست‌اندرکاران اعتکاف، چنان وقت معتکفان را به انواع برنامه‌های سخنرانی، عزاداری، شبی با قرآن، مناجات‌خوانی‌های طولانی و عمومی، ختم صلوات، حلقه‌های بصیرت و حتی پخش فیلم و برگزاری پرسش‌وپاسخ سیاسی پر می‌کنند که روح اصلی اعتکاف تضعیف و کارکرد محوری آن، یعنی خلوت و تفکر و نجوای با خداوند، خنثی و بی‌کیفیت می‌شود.

۱۵. برگزاری عمومی و طولانی و غالباً پرسروصدای مراسم در محیط اعتکاف، گاهی موجبات آزار معتکفان را فراهم می‌سازد که گاهی مشمول حکم حرمت نیز می‌شود.

۱۶. تقبیح افراطی خوابیدن در اعتکاف: گاهی مشاهده می‌شود که مبلغان محترم، بدون توجه به مبانی و منابع فقهی، خواب در حال اعتکاف را تا سرحد ابطال اعتکاف تقبیح می‌کنند؛ مثلاً چنین استدلال می‌کنند: «اینجا مسجد است (صغرا). خواب در مسجد مکروه است (کبرا). چیزی که مکروه است، با مستحب (اعتکاف) نمی‌سازد؛ بنابراین در حال اعتکاف خوابیدن، مبطل اعتکاف یا لاقلاً کاهش‌دهنده ثواب اعتکاف است!» اولاً مطلق خوابیدن در مسجد کراهت ندارد؛ بلکه بسیاری از خواب‌ها در مسجد مستحب است؛ مانند خواب کسی که مطمئن

است اگر به خانه برود و بخوابد، قطعاً برای نماز صبح بیدار نمی‌شود. در دو صورت خوابدن در مسجد مکروه است: ۱. طبق نظر اهل سنت، خواب کسی که از ابتدا به نیت خوابیدن به مسجد می‌رود؛ ۲. به نظر شیعه، خواب کسی که مسجد را خانه خود قرار می‌دهد. ولی احدی درباره خوابیدن در مسجد حکم به حرمت نکرده است؛ حتی درباره کسی که یقین دارد اگر در مسجد بخوابد، جنب می‌شود یا بول می‌کند! خلاصه ایجاد مانع برای خواب معتکفان یا تقبیح خواب در اعتکاف، حرکتی نادرست و ناسازگار با مبانی شرعی است.

۱۷. اختصاص دادن شرکت در اعتکاف به توده مردم: از تأمل در فلسفه و آثار اعتکاف می‌توان دریافت که هرچقدر مشغله و موقعیت فردی، شخص را بیشتر در معرض خطر غفلت از یاد خدا و خودسازی و توبه و اصلاح قرار می‌دهد، نیازش به اعتکاف بیشتر و اخلاقاً ضروری‌تر است؛ لذا برای رؤسا، ثروتمندان، مسئولان و مدیران جامعه نیاز به اعتکاف بیش از توده مردم است؛ حال آنکه در زمان ما قضیه برعکس است: توده مردم استقبال بیشتری از اعتکاف می‌کنند و خواص و امرا کمتر در اعتکاف حضور پیدا می‌کنند.

۱۸. پیوند نادرست «عمل ام‌داوود» به اعتکاف: عمل ام‌داوود عملی بسیار بافضیلت است؛ ولی هیچ ملازمه‌ای با اعتکاف ندارد؛ به این معنا که نه اعتکاف مشروط به عمل ام‌داوود است و نه شرط قبول یا صحت این عمل شرکت در اعتکاف

است. متأسفانه در اکثر شهرها مشاهده می‌شود که این عمل طولانی و دشوار به‌گونه‌ای معرفی شده است که اکثر معتکفان انجام آن را بر خود تحمیل می‌کنند. این ذهنیت چند آسیب جدی به همراه دارد:

نخست، تلخ‌شدن آخرین ساعات حضور در اعتکاف برای بخش زیادی از معتکفان، به‌ویژه نوجوانان و جوانان؛ در حالی که ساعات پایانی باید شیرین‌ترین و روحیه‌بخش‌ترین اوقات اعتکاف باشد. خستگی، نگرانی از تمام‌نشدن عمل‌ام‌داود تا پیش از غروب، این پا و آن پا کردن و... معتکف را نگران و کامش را تلخ می‌کند.

دوم، ایجاد دل‌زدگی و ذهنیت نامناسب از اعتکاف برای تازه‌واردها و نوجوانان که عاملی بازدارنده برای تکرار حضور آن‌ها در این کنگره بزرگ معنوی خواهد شد. حتی این ذهنیت ممکن است به تلقی دشواربودن دین منجر بشود.

سوم، ایجاد تصور نادرست از خود برای معتکفان. معتکفی که نمی‌تواند این عمل طولانی را انجام بدهد، یا با لذت و توجه قلبی انجام دهد، ممکن است خود را فردی سست‌ایمان، بی‌علاقه به ذکر و معنویات و دور از ساحت لطف خداوند متعال تصور کند که این همه با روح کلی اعتکاف ناسازگار است.

قطعاً با برنامه‌ریزی اصولی و بهره‌گیری از تجارب دیگران، می‌توان از میزان این آسیب‌ها کاست و بر غنای این فعالیت فرهنگی افزود.

کتاب کار اعتکاف تلاشی است هرچند ناچیز  
برای ارج نهادن به انگیزه‌های خالص و همت‌های  
والای تمام کسانی که راهبرد اصلی‌شان تقابل با  
جنگ نرم دشمن است و پیشبرد اهداف اسلام  
ناب را در ترویج معنویت مبتنی بر شریعت و توأم  
با بصیرت می‌دانند؛ به‌ویژه روحانیان معظم  
و ائمه‌ محترم جماعات که در این عرصه باید  
نقش فرماندهی و افسری جنگ نرم را ایفا کنند  
و پیش‌قراول برگزاری مراسم جامع‌الابعاد اعتکاف  
باشند.







**بخش اول:**  
**فعالیت‌های پیش از اعتکاف**





رهبر معظم انقلاب (مَنْظَلُهُ الْعُلَى):

«امام‌جماعت مدیر طبیعی مسجد است.»

## مقدمه

امام‌جماعت باید مدیریت کلان اعتکاف را بر عهده داشته باشد و سایر اعضا و ارکان زیرنظر ایشان و مطابق برنامه ازپیش تعیین شده فعالیت کنند؛ لذا پیش از هر اقدامی، دو امر برای ائمه محترم جماعات ضروری است:

نخست، تهیه چک‌لیست کاملی از تمام فعالیت‌ها و اقداماتی که باید از ابتدا تا انتهای پروژه برگزاری اعتکاف اتفاق بیفتد؛ اعم از اقدامات پیش از اعتکاف و حین اعتکاف و پس از اعتکاف. فایده این چک‌لیست این است که اولاً هیچ کاری فراموش نخواهد شد و ثانیاً برای هر اقدام یا فعالیت می‌توان زمان سررسید و مسئول مشخصی تعیین کرد و بدین وسیله فرایند پروژه اعتکاف را لحظه‌به‌لحظه و مستند، پیگیری و نظارت کرد. از مجموعه فعالیت‌هایی که در بخش‌های سه‌گانه این کتاب، در چند فصل ارائه کرده‌ایم، می‌توان چک‌لیست مدنظر را تدوین کرد (پیوست ۱).

دوم، تشکیل ستاد مرکزی اعتکاف با هدف‌های زیر:

۱. سیاست‌گذاری، برنامه‌ریزی، هماهنگی و نظارت بر حسن اجرای برنامه اعتکاف؛
۲. تعیین مسئولان بخش‌های مختلف

اعتکاف؛

۳. تدوین و ابلاغ شرح وظایف مسئولان  
بخش‌های مختلف؛

۴. دریافت و بررسی و تأیید برنامه و بودجه  
مسئولان بخش‌های مختلف؛

۵. شناسایی و جذب منابع مالی و امکانات  
دولتی و غیردولتی؛

۶. تمهید مقدمات لازم برای مدیریت بحران؛

۷. اخذ گزارش کاری و مالی در اثنا و پایان  
اعتکاف و حسابرسی؛

۸. اطلاع‌رسانی و گزارش کار به مردم مسجد و  
معتزمان محل و انتشار مناسب آن.

در ترکیب این ستاد بهتر است افراد زیر حاضر  
باشند:

۱. امام جماعت؛

۲. رئیس هیئت امنای مسجد؛

۳. فرمانده پایگاه بسیج مسجد؛

۴. مسئول امور مالی مسجد یا بسیج؛

۵. معاون تبلیغات بسیج؛

۶. دو تن از معتمدان محل؛

۷. دو تن از جوانان فعال به انتخاب

امام جماعت؛

۸. سایر افراد با نظر اعضا و تأیید امام جماعت

به صورت عضو یا مهمان.

## فصل اول: تبلیغات و تشویق و زمینه‌سازی

### ۱.۱. زمان شروع تبلیغ

تبلیغ و ترغیب مردم محل برای حضور در اعتکاف، حداقل یک ماه قبل از برگزاری مراسم باید باشد. این کار را می‌توان از راه‌های زیر انجام داد:

۱. نصب پلاکاردها و بنرهای جذاب حاوی آیات، روایات، سخنان علما و بزرگان، جملات ادبی و اشعار در زمینه اعتکاف و آثار و احوال آن و فواید اعتکاف. در موضوع فواید اعتکاف، برجسته‌سازی نکات زیر را پیشنهاد می‌کنیم: تزکیه روح، تقویت ایمان و تقوا، کسب ثواب عظیم، نورانیت و نشاط قلبی، گشوده‌شدن عقده‌های درونی و رسیدن به آرامش و امید، هدفمندشدن زندگی، کسب معارف و علوم، تقویت اراده و صبر، گسترش محبت، عطرآگین‌شدن فضای زندگی و در یک کلام تقویت و گسترش ارزش‌ها و هنجارهای اسلامی و انسانی. در بخش پیوست‌ها، به‌منظور بهره‌برداری متولیان محترم اعتکاف، نمونه‌هایی از آیات، روایات، سخنان بزرگان، جملات ادبی و اشعار زیبا را آورده‌ایم (پیوست ۲).

در این زمینه بهتر است مراکزی که محل حضور جمعی جوانان و نوجوانان است، در اولویت تبلیغات و انگیزه‌سازی قرار گیرد؛ مانند مدارس، مراکز آموزش عالی دانشگاهی و حوزوی، مراکز فرهنگی و ورزشی و هنری.

۲. برگزاری جلسات کوتاه و جذاب در مراکز

تجمع دانش آموزان و دانشجویان و عموم جوانان توسط ائمه محترم جماعات و طلاب محترم؛ مانند مدارس، دانشگاه‌ها و مدارس علمیه، خوابگاه‌ها، مراکز فرهنگی هنری، باشگاه‌ها و ورزشگاه‌ها و هیئت‌های مذهبی و سازمان‌های مردم‌نهاد.

در بخش پیوست‌ها نمونه‌هایی از سوژه‌های سخنرانی با هدف ترغیب جوانان به اعتکاف و اصلاح نگرش عموم به این سنت مقدس ارائه شده است (پیوست ۳).

۳. استفاده از رسانه‌ها از جمله زیرنویس تلویزیون استانی، پیامک، وبگاه و وبلاگ، نشریات.

## ۲.۱. تبیین آسانی شروط و احکام اعتکاف برای همگان

از محصلان تا خانم‌های خانه‌دار، از معلولان و جانبازان تا سالمندان و... همگی باید مخاطب قرار گیرند. بخشی از مردم همواره در آرزوی شرکت در اعتکاف به سر می‌برند؛ ولی به دلیل جهل به راهکارهای شرعی، گمان می‌کنند که وضعیت شغلی یا جسمی آن‌ها مانع از درک این فیض عظاماست. با تبیین روشن مسائل شرعی اعتکاف، از جمله مجوزهای شرعی برای خروج از مسجد و... می‌توان این دسته را هم از این فرصت معنوی بهره‌مند ساخت.

این آگاهی‌بخشی را از راه‌های گوناگونی می‌توان انجام داد؛ نظیر اختصاص دقایقی از فاصله بین دو نماز به بیان این نوع از احکام

شرعی و چاپ و توزیع بروشورها، بنرها، تراکت‌ها و سایر اقلام تربیتی محتوی پرسش و پاسخ‌های مرتبط.

ابهامات و شبهات بسیار مهم دربارهٔ اعتکاف از قرار زیر است:

شبههٔ اول: اعتکاف نوعی گوشه‌گیری از اجتماع و رهبانیت است و اسلام با رهبانیت مخالف است؛ همچنان که از پیامبر اسلام صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ منقول است: «لَا رَهْبَانِيَّةَ فِي الْإِسْلَامِ»<sup>۱</sup>

پاسخ

اولاً همچنان که نفی رهبانیت با استناد به روایت رسول اکرم صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ حجت است، اصل و فرع اعتکاف هم با استناد به آیات و روایات و سیرهٔ معصومان عَلَيْهِمُ السَّلَام مشروع است. یقینی است که معصوم، دو حکم متناقض صادر نمی‌کند؛ بنابراین بین اعتکاف و پرهیز از رهبانیت منفی، رابطه‌ای وثیق برقرار است.

ثانیاً رهبانیت دو معنا دارد:

۱. رهبانیت به معنای ترس و خشیت از خداوند متعال که نه تنها منفی و مردود نیست، بلکه از برترین خصال دانایان و عباد رحمان است. در قرآن کریم فرموده است: ﴿إِنَّمَا يَخْشَى اللَّهَ مِنْ عِبَادِهِ الْعُلَمَاءُ﴾<sup>۲</sup>. پیامبر عزیز صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ به امیرالمومنین عَلَيْهِ السَّلَام می‌فرماید: «يَا عَلِيُّ إِخْوَانِكَ ذُبُلُ السِّفَاهِ تُعْرِفُ الرَّهْبَانِيَّةَ فِي وُجُوهِهِمْ»<sup>۳</sup> (برادران تو

۱. محمد محسن فیض کاشانی، الوافی، ج ۷، ص ۴۹۹.

۲. فاطر، ۲۸.

۳. محمد باقر مجلسی، بحار الانوار، ج ۶۵، ص ۴۰.

کسانی هستند که از شدت روزه، لبانشان خشک شده و آثار رهبانیت در چهره‌هایشان هویداست. ۲. رهبانیت به معنای دوری از جامعه و بی‌اعتنایی به اوضاع مسلمانان به بهانه عبادت و خلوت. این نوع از رهبانیت قطعاً مذموم است؛ همان گونه که در قرآن کریم مذمت شده است.<sup>۱</sup> شبهه دوم: اعتکاف با حس مسئولیت اجتماعی مسلمان ناسازگار است.

### پاسخ

اولاً مشروعیت اعتکاف مستند به آیات و روایات، دلیلی بر بطلان این توهم است. ثانیاً نوع احکام و آداب اعتکاف، منافی با بی‌اعتنایی به جامعه و دوری از اجتماع است. مثلاً در اعتکاف شرط شده است که در مسجد جامع برگزار شود و مسجد جامع هر شهر، شلوغ‌ترین مسجد آن شهر از نظر حضور جمعیت نمازگزار است. یا احکام مربوط به مصادیق جواز خروج معتکف از محل اعتکاف، حاکی از اهتمام اسلام به اجتماع و مصالح آن حتی در حال اعتکاف است. از باب نمونه، معتکف می‌تواند در حال اعتکاف، برای انجام دادن این امور از مسجد خارج شود و پس از انجام کار به مسجد برگردد: عیادت از بیمار مسلمان، تشییع جنازه مؤمن، رفع حاجت مؤمنان، ادای دین و قرض و...<sup>۲</sup>

۱. حدید، ۲۷.

۲. میمون بن مهران: «كُنْتُ جَالِساً عِنْدَ الْخَسَنِ بْنِ عَلِيٍّ رَضِيَ اللهُ عَنْهُ فَأَتَاهُ رَجُلٌ فَقَالَ لَهُ يَا ابْنَ رَسُولِ اللَّهِ إِنَّ فُلَاناً لَهُ عَلَيَّ مَالٌ وَيُرِيدُ أَنْ يَخْبِسَنِي فَقَالَ وَاللَّهِ مَا عِنْدِي مَالٌ فَأَقْبَضِي عَنْكَ قَالَ فَكَلِمَةُ قَالَ فَلَيْسَ رَضِيَ اللهُ عَنْهُ نَعْلَهُ فَقُلْتُ لَهُ يَا ابْنَ رَسُولِ اللَّهِ أُنْسِيَتْ اغْتِيكَ فَكَ فَقَالَ لَهُ لَمْ أُنْسِ وَلَكِنِّي سَمِعْتُ أَبِي يُحَدِّثُ عَنْ جَدِّي رَسُولِ اللَّهِ ﷺ





شبهه سوم: برخی احکام و شروط اعتکاف برای مردم مشقت‌آور است.

پاسخ

اولاً می‌توان اعتکاف را در ماه مبارک رمضان برگزار کرد که هم به صورت عادی مسلمانان روزه هستند و هم توقف در مسجد و دوری از محیط کار و تحصیل، مقداری از سختی‌های روزه‌داری را کاهش می‌دهد.

ثانیاً در غیر ایام ماه مبارک می‌توان روزه قضا یا استیجاری نیت کرد و در اعتکاف شرکت جست؛ زیرا مهم روزه‌دار بودن معتکف است، نه نوع نیت روزه‌اش.

ثالثاً در صورت بروز ضرورت، معتکف می‌تواند از مسجد خارج شود و پس از انجام کارش بازگردد؛ بدون اینکه به اعتکافش لطمه‌ای بخورد.<sup>۱</sup>

رابعاً در اعتکاف، اگر فرد دو روز اول را بماند، روز سوم بر او واجب می‌شود؛ لذا کسانی احتمال می‌دهند برای روز سوم مانعی رخ دهد، به فتوای برخی مراجع، می‌توانند از ابتدا با خداوند شرط کنند که چنانچه در روز سوم برایم مشکلی رخ داد که ناچار بودم اعتکاف را ترک کنم، معذور باشم.

۳۳

فقه  
اعتکاف

بخش اول: فعالیت‌های پیش از اعتکاف

→ أَنَّهُ قَالَ مَنْ سَعَى فِي حَاجَةِ أَخِيهِ الْمُسْلِمِ فَكَأَنَّمَا عَبَدَ اللَّهَ عَزَّ وَجَلَّ تِسْعَةَ آلَافٍ سَنَةً صَائِماً نَهَارَهُ قَائِماً لَيْلَهُ. (محمدبن حسن حر عاملی، وسائل الشیعة، ج ۷، ص ۴۰۹، باب ۷ از ابواب کتاب الاعتکاف، حدیث ۴).

۱. البته این مسئله در رساله‌های عملیه ریزه‌کاری‌هایی دارد که باید به آن رساله‌ها مراجعه شود.

### ۳.۱. سازمان‌دهی خادمان اعتکاف

خادمان اعتکاف را می‌شود از بین نیروهای علاقه‌مند، توانمند و معتمد انتخاب کرد و به خدمت گرفت؛ مانند اعضای بسیج، معتمدان محل، جوانان و نوجوانان علاقه‌مند به خدمت افتخاری. این کار بهتر است در چهار مرحله زیر انجام شود:

۱. ثبت نام و شناسایی؛
۲. بررسی توانایی‌ها و تعیین عرصه خدمتگزاری؛
۳. اعلام اسامی پذیرفته‌شدگان و برگزاری جلسه توجیهی در دو بخش:
  - الف. مباحث عمومی اعتکاف، شامل آشنایی مختصر با فلسفه، پیشینه، آداب و احکام اعتکاف و آداب و ارزش خدمت به معتکفان؛
  - ب. مباحث تخصصی مربوط به هر بخش از فعالیت‌های اعتکاف، متناسب با اعلام داوطلبی افراد؛ مانند امور خدمات و پشتیبانی و امور تبلیغات و فرهنگی؛
۴. تهیه و تحویل اقلام لازم برای خادمان؛ مانند لباس متحدالشکل، کارت شناسایی. باید یادآوری کنیم همین امر فرصت خوبی برای جذب جوانان و نوجوانان به مسجد است. در بخش پیوست‌ها، نمونه برگ مناسبی برای شناسایی و سازمان‌دهی علاقه‌مندان به خدمت در اعتکاف گنجانده‌ایم. می‌توانید از آن استفاده کنید (پیوست ۴).

## فصل دوم: فراهم کردن امکانات و فضای مناسب

برای رسیدن به این هدف، چند کار باید صورت گیرد:

۱. دعوت و تشویق خیران و مسئولان سازمان‌ها برای مشارکت در برگزاری اعتکاف. این مهم با روش‌های زیر به دست می‌آید:

الف. برگزاری نشست ویژه حامیان و خیران اعتکاف به منظور تبیین ابعاد تهاجم فرهنگی دشمن و نقش اعتکاف در خنثی‌سازی آن؛

ب. معرفی و تشویق بانیان و خیران اعتکاف سال گذشته در مراسم نشست ویژه فوق‌الذکر؛

ج. واگذاری هر بخش از نیازهای اعتکاف به یک صنف مرتبط یا یک طایفه ساکن در محل. مثلاً واگذاری تغذیه معتکفان به اصنافی که به این کار مرتبط‌اند یا واگذاری امور تبلیغاتی و انتشاراتی به صنف مربوط.

۲. انجام‌دادن تعمیرات و کارهای عمرانی پیش از فرارسیدن زمان اعتکاف؛

۳. غبارروبی و آذین‌بندی و زیباسازی فضای مسجد؛

۴. تأمین مایحتاج بهداشتی و خوراکی و...؛

۵. تأمین سیستم‌های صوتی و تصویری باکیفیت؛

۶. آماده‌سازی آشپزخانه و امکانات و تجهیزات مناسب و مکفی؛

۷. آماده‌سازی و تجهیز و تنظیف سرویس‌های بهداشتی و حمام؛



۸. قراردادن مناسب‌ترین مکان برای افراد خاص، همچون جانبازان و معلولان و سالمندان، به‌منظور تسهیل در رفت‌وآمد، دسترسی به سرویس بهداشتی، سکوت و آرامش و دوری از محل رفت‌وآمدها و...؛

۹. تعیین تعداد مناسبی از خادمان، ویژه رسیدگی به نیازهای معتکفان خاص؛

۱۰. در صورت حضور بانوان دارای فرزند خردسال، در نظر گرفتن مکان مناسب برای برپایی مهدکودک و تهیه امکانات و ابزار لازم و استخدام مربی یا مربیان شایسته، به‌تناسب تعداد کودکان؛

۱۱. فراهم کردن مهر و خاک تیمم، قرآن، مفاتیح، توضیح المسائل و یک کتابخانه کوچک با موضوعات مناسب با حال و هوای اعتکاف و نیازهای گروه‌های حاضر در اعتکاف.

## فصل سوم: اطلاع‌رسانی و سهمیه‌بندی و ثبت نام

۳. ۱. تعیین جنسیت شرکت‌کنندگان در صورت ممکن نبودن سرویس دهی به آقایان و خواهران به طور هم‌زمان

بهبتر است مساجد محل، با هماهنگی و برنامه‌ریزی منسجم و متحد، معتکفان را به تفکیک جنسیت پذیرش کنند و برای هر جنسیتی، تیم خادمان و مدیریتی هم‌جنس را به کار بگیرند تا ضمن پیشگیری از برخی عوارض منفی احتمالی، موجبات راحتی معتکفان به‌ویژه بانوان را فراهم کنند.

۳. ۲. تعیین مقطع سنی و نوع مخاطب یا سهمیه‌بندی ظرفیت مسجد بین گروه‌های مختلف

روش دوم، یعنی سهمیه‌بندی ظرفیت مسجد بین گروه‌های مختلف، نمادی است از هم‌گرایی نسل‌ها و گروه‌های مختلف. قشرها و سنین مختلف نیازها و سلیقه‌های متفاوتی دارند؛ ولی بهتر است فضای واقعی و طبیعی زندگی را در اموری مانند اعتکاف دست‌نزنیم و آن را حفظ کنیم تا علاوه بر تلطیف رفتارها و خلیات، موجب حفظ ساختار جاری جامعه شود. گاهی تفکیک سنی معتکفان و تجمع یک مقطع سنی خاص، باعث بی‌توجهی به برخی نکات اخلاقی و تضعیف روح معنوی می‌شود که در اعتکاف انتظار می‌رود

چنین روحیه‌ای برای معتکف فراهم شود؛  
به خصوص در مقاطع سنی نوجوانی و جوانی.

۳.۳. چاپ و توزیع و نصب اقلام تبلیغاتی  
مرتبط با ثبت نام

به منظور تسهیل در ثبت نام، چندین روش باید  
در نظر گرفته شود؛ به ویژه راه‌های غیرحضوری  
مانند تلفن، پیامک، وبگاه و ایمیل.

۳.۴. اعلام شفاف امکانات و تدابیر لازم  
برای سرویس‌دهی به افراد خاص

امکانات مسجد محل اعتکاف باید به  
ثبت نام‌کنندگان به صورت شفاف اعلام شود و  
نیز برای زمینه‌سازی حضور جانبازان و معلولان و  
نیز سالمندان و بانوان داری فرزند کوچک و... در  
اعتکاف، بهتر است کارهای لازم انجام و امکانات  
مناسب فراهم شود.

۳.۵. تهیه فرم ثبت نام ساده و کامل و  
خلاصه و توزیع آن در مراکز مختلف

برگه ثبت نام در مدارس و مراکز آموزشی  
منطقه، مراکز ورزشی و هنری، سوپرمارکت‌های  
محله و... باید پخش شود و در اختیار مشتاقان  
قرار گیرد. در بخش پیوست، نمونه این فرم را  
درج کرده‌ایم (پیوست ۵).

۳.۶. تعیین مقدمات لازم برای حضور افراد  
در اعتکاف

مانند امکان روزه‌گیری، تعهد اقامت سه روز

کامل در مسجد، رضایت والدین برای نوجوانان و رضایت همسر برای بانوان و ارائهٔ مدرک معتبر پزشکی برای بیماران و معلولان مبنی بر ضررناشتن اعتکاف برای آنان.

**۷.۳. انجام ثبت نام در محدودهٔ زمانی مناسب و کافی و تشکیل پرونده برای هر فرد**

**۸.۳. مشخص کردن شرکت کنندگانی که به رسیدگی و امکانات خاص نیاز دارند**

مانند بانوان دارای فرزند خردسال، سالمندان، جانبازان و معلولان و افراد مبتلا به بیماری‌های خاص و البته غیرواگیردار.

**۹.۳. میزان ثبت نام**

بهبتر است برای بررسی‌های نهایی و انتخاب افراد مناسب، دو برابر ظرفیت مسجد ثبت نام شود.

**۱۰.۳. تشکیل شورای پذیرش**

متشکل از امام جماعت، دبیر اجرایی اعتکاف، رئیس هیئت امناء، فرمانده پایگاه بسیج مسجد و یک پزشک معتمد برای بررسی وضعیت افراد ثبت نام کرده و انتخاب نهایی آنان بر اساس سهمیه بندی.

**۱۱.۳. تنظیم دو فهرست**

یک، فهرست معتکفان اصلی به اندازه ظرفیت مسجد؛ دو، فهرست معتکفان ذخیره به اندازه ۱۰ درصد ظرفیت مسجد تا در صورت انصراف معتکفان اصلی، جانشین شوند.

**۱۲.۳. اعلام دو فهرست نهایی شده**

حداقل ده روز قبل از آغاز اعتکاف، دو فهرست نهایی مذکور باید اعلام شود تا پذیرفته نشدگان بتوانند به مراکز دیگر مراجعه کنند.

**۱۳.۳. تعیین و اعلام زمان نهایی مراجعه معتکفان**

پس از تعیین زمان شروع و برگزای اعتکاف، زمان دریافت کارت اعتکاف به معتکفان اصلی باید اعلام شود و به آنان گوشزد شود که اگر در زمان مقرر برای دریافت کارت مراجعه نکنند، از فهرست حذف و افراد لیست انتظار جانشین آنان خواهد شد. بلافاصله پس از اتمام مهلت مراجعه معتکفان اصلی، زمان مراجعه معتکفان ذخیره و دریافت کارت باید اعلام شود. با این کار، پرونده ثبت نام معتکفان بسته می شود.





**بخش دوم:**  
**فعالیت‌های حین اعتکاف**





## فصل چهارم: استقبال معنوی از اعتکاف

بهتر است با انجام دادن کارهای زیر، به استقبال این مراسم معنوی برویم:

۱. برقراری ارتباط با معتکفان به منظور آگاهی بخشی به آداب و احکام اعتکاف؛

۲. ارسال پیام‌های مناسب و جذاب برای معتکفان از طریق پیامک، جزوه و نشریه‌های ویژه؛

۳. ارسال فرم مخصوص اعلام داوطلبانه توانمندی‌ها، نیازها، پیشنهادهای و علاقه‌مندی‌های معتکفان به منظور بهینه‌سازی برنامه‌ها و استفاده از ظرفیت علمی فرهنگی و اجرایی معتکفان در برگزاری هرچه بهتر اعتکاف (پیوست ۶)؛

۴. دعوت از معتکفانی که برای مشارکت در امور اجرایی یا فرهنگی اعتکاف ابراز علاقه کرده‌اند و مسئولیت‌سپاری به آنان و توجیه و سازمان‌دهی آنان؛

۵. تبلیغات محیطی اعم از داخل مسجد و محله با هدف استفاده بهینه از ظرفیت معنوی اعتکاف در پاک‌سازی محیط معنوی محله؛

۶. مشخص کردن مکان مخصوص هر معتکف و مکان‌های عمومی اعم از بخش مطالعه، وضوخانه، حمام، سرویس بهداشتی و...؛

۷. تهیه و چاپ کارت شناسایی معتکفان و ژتون غذا و سایر اقلام لازم با طراحی وزین و زیبا.



## فصل پنجم: استقبال از معتکفان

۱. آماده‌سازی امکانات و نیروهای انسانی لازم برای ثبت‌نام معتکفانی که وارد مسجد می‌شوند؛  
 ۲. تهیه و اجرای برنامه‌ی معنوی و جذاب استقبال از معتکفان توسط عوامل اجرایی اعتکاف و بدرقه توسط بستگان و مردم محل. این کار را بهتر است با فعالیت زیر پررنگ و جذاب کنیم:

- آذین‌بندی و نصب طاق نصرت در مقابل در ورودی مسجد؛  
 - اسفند دودکردن؛  
 - پخش قرآن و سرودهای معنوی مناسب؛  
 - عبور دادن معتکفان از زیر قرآن توسط روحانی مسجد؛

- تحویل بسته‌ی فرهنگی اعتکاف به معتکفان.  
 ۳. تعیین مکان مخصوص هر معتکف و اجرای برنامه‌ی آشنایی با مکان‌ها و امکانات و برنامه‌های اعتکاف؛

۴. برگزاری مراسم معارفه بین معتکفان، مسئولان، خادمان و به‌خصوص معرفی معتکفان شاخص همچون خانواده‌ی معظم شهدا، جانبازان و آزادگان، فرهیختگان و هنرمندان؛

۵. رسیدگی به نیازهای اولیه و دغدغه‌های احتمالی معتکفان و انجام جابه‌جایی‌های لازم و نهایی؛

۶. برگزاری اولین مسابقه با موضوع آشنایی نهایی با احکام اعتکاف، آداب مسجد و اعتکاف، برخی نکات اخلاقی ناظر بر رعایت حقوق دیگران، گذشت و ایثار، خوش اخلاقی، دوست‌یابی و اخوت

دینی، بهره‌برداری کامل از فرصت‌ها و... این نکات از طریق نشریه شماره ۱ در اختیار معتکفان گرامی قرار می‌گیرد.

## فصل ششم: برنامه‌های اعتکاف

### ۱.۶. برنامه‌های عمومی

۱. افتتاحیه شامل خوشامدگویی، معارفه، اجرای برنامه هنری مذهبی همچون سرود یا تواشیح یا شعرخوانی یا دکلمه، تشریح برنامه‌های اعتکاف و تذکرات لازم‌الاجرا، سخنرانی در فضایل مولا علی علیه السلام و اعتکاف، توسل و مولودی خوانی؛
۲. فراهم کردن امکان پرسش و پاسخ دینی به صورت شفاهی و کتبی (شناخته شده و ناشناس). با تشکیل جلسات پرسش و پاسخ، گذاشتن صندوق مخصوص پرسش‌های دینی و سایر راه‌ها، می‌توان به سؤالات و شبهاتی که احياناً برای معتکفان مطرح است، جواب داد؛
۳. طراحی مسابقات؛ مانند مسابقات اعتقادی، احکام، سیاسی، تاریخی و اخلاقی، مسابقات خاطره‌نویسی، مسابقات مقاله و شعر، مسابقه نقاشی و طراحی با موضوع اعتکاف (قبل یا بعد از اتمام مراسم)؛
۴. فراهم کردن امکانات ارائه پیشنهاد و انتقاد معتکفان به مسئولان ستاد اعتکاف به صورت کتبی و شفاهی؛
۵. تهیه امکان گرفتن عکس یادگاری دسته‌جمعی با دوستان معتکف و خادمان؛



۶. دعوت از سخنرانان و مداحان توانا برای اجرای مراسم در جمع معتکفان؛
۷. برپایی مراسم مناجات و توسل مانند زیارت عاشورا، دعای توسل، دعای کمیل، دعای ندبه، مراسم دعا و مناجات و عمل ام داوود؛
۸. اجرای برنامه شبی با قرآن با دعوت از قاریان ممتاز کشور؛
۹. برگزاری مسابقه روزنامه دیواری ویژه نوجوانان علاقه مند؛
۱۰. چاپ و انتشار جزوه یا کتاب آداب و اسرار اعتکاف و توزیع آن‌ها در میان معتکفان؛
۱۱. اجرای مراسم تواشیح توسط گروه‌های مختلف؛
۱۲. برگزاری حلقه‌های معرفت با حضور روحانیان و استادان توانمند؛
۱۳. برپایی باشکوه نماز جماعت مسجد و حضور مردم در کنار معتکفان به منظور انتقال معنویت اعتکاف به دیگران؛
۱۴. سخنرانی‌های کوتاه امام‌جماعت مسجد در موضوعات مناسب با اعتکاف (پیوست ۳)؛
۱۵. خواندن مولودی به مناسبت شب و روز ۱۳ رجب، سالروز ولادت مولود کعبه حضرت امیرالمؤمنین علیه السلام؛
۱۶. سوگواری به مناسبت ۱۵ رجب، رحلت حضرت زینب کبری علیه السلام؛
۱۷. توصیه‌های موضوعی و چهره‌به‌چهره توسط ائمه جماعت و روحانیان و مبلغان حاضر در اعتکاف درباره موضوعات زیر و مانند آن:

- تشویق به اندیشیدن و راهنمایی معتکفان  
در این باره. بر اساس آیات و روایات، تفکر و تدبیر  
بهترین عبادت است؛ لذا چه نیکوست که در  
مسائل خداشناسی و خودشناسی و... اندیشه  
شود؛

- سکوت و فواید و آثار آن؛

- حق الناس و عواقب بی توجهی به آن؛

- یاد خدا و آرامش حقیقی؛

- تأثیر هم نشین صالح و طالح در سعادت و

شقاوت انسان؛

- امر به معروف و نهی از منکر که اعتکاف جلوه

عملی و جمعی آن است؛

- آرمان خواهی در سیره شهدا و امام شهدا؛

- صفات اولوالالباب و مهدی یاوران؛

۱۹. نظرسنجی: با تهیه پرسش نامه ای دقیق

و کامل، باید اعتکاف و فعالیت های آن را در سه

بخش، در معرض ارزیابی و نظرسنجی معتکفان

قرار داد:

الف. بخش محتوایی برنامه ها شامل فعالیت ها

و موضوعات زیر: کیفیت سخنرانی ها، میزان

توانمندی استادان و مبلغان در پاسخ گویی

به سؤالات و شبهات معتکفان در نشست ها و

حلقه های معرفت، کیفیت محتوای ارائه شده از

طریق بسته فرهنگی، کیفیت مراسم های عمومی

نظیر نماز جماعت، ادعیه و زیارات، توسل ها،

عزاداری ها، مولودی، اعمال ام داوود و میزان

اثربخشی تبلیغات محیطی؛

ب. بخش امکانات و خدمات شامل پاکیزگی

مکان اعتکاف و نحوه توزیع غذا.

## ۲.۶. برنامه‌های اختصاصی

با توجه به حضور قشرهای مختلف مردم در اعتکاف با سنین و افکار و سطوح گوناگون، در صورت امکان باید برای هر قشر و گروهی برنامه‌هایی متناسب با نیازها و علاقه‌ها و مشکلات آن‌ها برگزار کنیم. برای مثال، اعتکاف فرصت مناسبی است که برای هرکدام از گروه‌های زیر، برنامه‌های متناسب با آنان اجرا کنیم:

۱. کاسبان و کارمندان و کارگران با احکام اصلی کسب و کار آشنا شوند؛
۲. نوجوانان و جوانان با مباحث و مهارت‌هایی متناسب با خود آشنا شوند؛ مانند مدیریت هیجان‌ها و گزینه‌ها و مدیریت ارتباطات انسانی و راه‌های کسب اراده و انگیزه برای انجام وظایف جدی همچون تحصیل و تهذیب و ورزش؛
۳. مادران با مباحثی چون مهارت‌های اصلی و کلیدهای تربیت کودک و نوجوان و مهارت‌های شوهرداری و راه‌های تشویق فرزندان به نماز و مسجد آشنا شوند؛
۴. برای بزرگسالان و سایر علاقه‌مندان، فرصت‌هایی به منظور تصحیح قرائت نماز قرار داده شود.

## فصل هفتم: مراقبت‌ها و ملاحظات

تجربه برنامه‌های مشابه اعتکاف و نیز اعتکاف در سال‌های گذشته و اماکن گوناگون نشان می‌دهد که برخی مراقبت‌ها و ملاحظات چه بسا بر میزان رضایتمندی معتکفان و به تبع، میزان



بهره‌برداری معنوی از این فرصت آسمانی بیفزاید و برخی تنش‌ها و آسیب‌ها را به حداقل برساند. برخی از این مراقبت‌ها و ملاحظات از این قرار است:

## ۱. برنامه‌ریزی نظارت و بازرسی

ضروری است با درپیش‌گرفتن روش‌هایی در شأن اعتکاف و معتکفان، افراد و تیم‌هایی به صورت محسوس و نامحسوس، به نظارت و بازرسی مستمر محیط اعتکاف پردازند تا احتمال بروز مشکلاتی نظیر سرقت، جدال و دعوا و خطر آسیب‌های فکری و اخلاقی کاهش یابد. برای این منظور باید سازوکار درستی تهیه شود که در آن تمام مشکلات و احتمالات، راه‌کشف و برخورد صحیح با آن‌ها و حتی شیوه مدیریت بحران احتمالی تعریف و تبیین شده باشد. ضمناً افرادی که در این خدمت مهم نقش ایفا می‌کنند، باید صلاحیت‌های لازم را داشته باشند.

## ۲. توجه به مسئله خواب

یکی از نیازهای روحی و جسمی هر انسانی، خواب است. غالباً معتکفان عزیز مصمم‌اند که ساعات ملکوتی و عرفانی سحر را به عبادت و خلوت بگذرانند؛ به همین جهت، آرامش ابتدای شب به منظور تأمین حداقل خواب لازم، ضرورت دارد. مسئولان اعتکاف باید تمهیداتی بیندیشند که در این ساعات، بخش اصلی شبستان مسجد ساکت و تاریک باشد تا زمینه استراحت عزیزان فراهم شود.

به منظور انجام فعالیت‌های تدارکاتی یا فرهنگی در ساعات شب، بهتر است مکان خاصی از مسجد که مزاحمتی برای معتکفان ایجاد نمی‌کند، در نظر گرفته شود یا تمام فعالیت‌ها در ساعات روز برگزار شود. معتکفان هم باید توجیه شوند تا با رعایت این نکته، برای خود و دوستانشان و به خصوص سالمندان، محیطی مطلوبی فراهم بسازند تا بعد از مدتی استراحت، با انرژی و شادابی بیشتری به امور عبادی خود بپردازند.

### ۳. پیشگیری و علاج افسردگی

چه بسا عده‌ای از معتکفان به خصوص نوجوانان به سبب دوری از خانواده و دوستان، گاهی دچار دل‌تنگی بشوند؛ لذا می‌توان برنامه‌ها را به گونه‌ای تنظیم کرد که در ساعاتی خاص، امکان حضور بستگان معتکفان در مسجد فراهم شود تا ضمن دیدار با آنان و تشویق معتکفان، روحیه‌شان تقویت شود. البته بهتر است این زمان، کوتاه و در ساعاتی مانند بعد از افطار یا قبل از اذان ظهر باشد تا نه به عبادت فردی لطمه‌ای وارد شود، نه خللی در مراسم ایجاد کند و نه مزاحمتی در ساعات استراحت داشته باشد.

### ۴. توجه به ادعیه و اعمال عمومی‌تر

در ایام اعتکاف می‌توان دعاهای متعددی چون دعاهای ماه رجب و جوشن کبیر خواند؛ اما آنچه برای عموم معتکفان اعم از باسواد و بی‌سواد، جوانان و بزرگ‌سالان، مناجاتیان حرفه‌ای و

تازه کاران، ممکن و آسان است، خواندن دعاها و اذکار کوتاه ولی پرمحتواست که به برخی از آنها اشاره می‌کنیم:

الف. ادعیه و زیارات شامل:

- اَللّٰهُمَّ كُنْ لِوَلِيِّكَ الْحُجَّةِ ابْنِ الْحَسَنِ ...

(دعای سلامتی امام زمان عجل الله تعالی فرجه الشریف)؛

- اَللّٰهُمَّ عَظَمَ الْبَلَاءُ... (دعای فرج)؛

- اَللّٰهُمَّ قَلْبِي مَحْجُوبٌ وَ...؛

- دعای توسل؛

- اَللّٰهُمَّ اِنِّيْ اَسْئَلُكَ الْاَمَانَ... (مناجات حضرت

امیر عليه السلام در مسجد کوفه)؛

- حدیث شریف کساء؛

- زیارت عاشورا؛

- زیارت امین‌الله؛

- زیارت آل یاسین؛

- نیز توصیه به دوام اذکاری همچون تهلیل،

تسبیح، تکبیر، تحمید، حوقله و استغفار.

ب. نمازهای واجب و مستحب شامل:

- نماز قضا به جماعت؛

- نمازهای منسوب به معصومان عليهم السلام؛

- نماز حاجت؛

- نماز استغفار و توبه و ... .

## ۵. اهتمام ویژه به بهداشت فردی و

محیط

## ۶. احترام به «خلوت و سکوت» و

اندیشیدن افراد و جزو برنامه دانستن آن





بخش سوم:  
فعالیت‌های پس از اعتکاف





## فصل هشتم: اختتامیه اعتکاف

اردوی سه‌روزه راهیان ملکوت پایان می‌یابد. آسمانیان با کوله‌باری از مشک و عنبر و نور، رهسپار زمین می‌شوند؛ اما این بار نمی‌روند که بمانند و به بیماری مهلک «اخلاد الی الارض» گرفتار شوند؛ بلکه می‌روند تا گرفتاران در چاه نفس را دست‌گیری کنند. این‌ها به سان گل‌های معطری هستند که با حضور موقت خود در میان مردم، شامه معنوی آنان را با عطر خدا آشنا و دل‌هایشان را برای انقطاع الی‌الله مشتاق می‌سازند. اما همان قدر که اشتیاق بازگشت به جمع خانواده و دوستان زمینی در دل دارند، جدایی از هم‌سفران تلخ و ناگوار است. باید آخرین لحظه‌ها را باشکوه برگزار کنیم تا خاطراتش بخشی از این تلخی را جبران کند.

در اختتامیه اعتکاف می‌توان برنامه‌های زیر را اجرا کرد:

۱. تلاوت قرآن کریم؛

۲. پخش کلیپی که از لحظه‌های خاطره‌انگیز همین اعتکاف تهیه شده است: لحظه ورود به اعتکاف، خلوت سحری عزیزان، گریه‌ها و توسل‌های دسته‌جمعی، لحظه‌های ابراز محبت معتکفان به یکدیگر، صحنه‌های از بی‌خوابی و زحمت‌های بی‌ریای خادمان اعتکاف و ... . البته باید دقت شود که این تصاویر هنرمندانه و با کیفیت تهیه شود؛

۳. گزارش مختصر و مفید مدیر اجرایی

اعتکاف؛

۴. سخنان اخلاقی و عاطفی امام جماعت مسجد با هدف ارائه راه‌وروشی به معتکفان برای حفظ و تثبیت حال و آثار اعتکاف در زندگی عادی؛

۵. انجام مراسم حلالیت‌طلبی معتکفان از خادمان و خادمان از معتکفان و معتکفان از یکدیگر: از آنجایی که ممکن است در این چند روز، از روی خطا و جهل یا خدای ناکرده به عمد و آگاهانه، به دیگران بی‌احترامی شده باشد یا غیبت کسی شده باشد و...، لازم است که معتکفان و خادمان گرمی در پایان اعتکاف، از همدیگر حلالیت بطلبند.

## فصل نهم: پس از پایان مراسم اعتکاف

### ۱. غبارروبی پایانی

همان‌طور که پیش از اعتکاف، خادمان و معتکفان در «غبارروبی مسجد» مشارکت کردند، شایسته است پس از پایان زمان و مراسم باشکوه و گسترده اعتکاف نیز به بهداشت و غبارروبی جایگاه اعتکاف یعنی مسجد اهمیت بدهند. چه نیکوست که معتکفان هم داوطلبانه در این امر خیر مشارکت کنند.

### ۲. بررسی اموال و امکانات

بلافاصله پس از اعتکاف، عده‌ای که از قبل تعیین شده‌اند، باید تمام ابزار و وسایل و امکانات استفاده‌شده در اعتکاف را جمع‌آوری و شمارش و بررسی کنند. آن بخش که مربوط به خود مسجد



است، به مسئول مربوطش تحویل داده شود و بخش دیگری که به صورت امانی در اختیار ستاد اعتکاف قرار گرفته بوده، به صاحب حقیقی یا حقوقی آن بازگردانده شود. امانت‌داری و تسریع در بازگرداندن امانت، موجب جلب اعتماد خواهد شد و این اعتماد سرمایه‌ای است برای سال‌های بعد که صاحبان امکانات با خاطری آسوده‌تر آن‌ها را در اختیار ستاد قرار بدهند.

### ۳. تسویه حساب و حسابرسی

فرد یا گروهی که از ابتدا، با توجه به تخصص یا تجربه‌شان، متصدی امور مالی و حسابداری معین شده‌اند، موظف‌اند چند کار انجام دهند:

اولاً در طول فرایند اعتکاف، ریزودرشت دریافت‌ها و پرداخت‌ها، بودجه‌ها و هزینه‌ها را در دفترهای معتبر و مخصوص ثبت کنند و با اسناد معتبر، مانند فاکتور خرید و رسید دریافت وجه، مستندسازی کنند.

ثانیاً در پایان فرایند اعتکاف، هزینه‌ها و مخارج را حسابرسی و جمع‌بندی کنند و اسناد را به پیوست گزارش مکتوب، به رئیس ستاد اعتکاف و امام‌جماعت و هیئت‌امنا تسلیم کنند.

### ۴. تهیه گزارش نهایی اعتکاف

تمام واحدها و مسئولان اعتکاف موظف‌اند در فاصله کوتاهی پس از اتمام اعتکاف، گزارشی مکتوب را به همراه مستندات صوتی و تصویری و مکتوب به رئیس ستاد تحویل بدهند تا ضمن

حفظ تجربیات، قوت‌ها و ضعف‌ها شناخته شود و امکان ارزیابی نهایی به وجود بیاید. در این گزارش مسائلی گنجانده می‌شود که اطلاع از آن‌ها در راه تحقق اهداف اعتکاف اهمیت دارد تا در مواقع نیاز، تحلیل محتوای این اطلاعات موجبات اصلاح عیوب و تقویت قوت‌ها و در نهایت ارتقای کیفیت خدمت‌رسانی را فراهم آورد.

ضمناً می‌توان گزارشی تصویری و مکتوب از فرایند برگزاری اعتکاف و جلوه‌های ویژه آن در دو قالب نشریه (ویژه‌نامه) و لوح فشرده تهیه و توزیع کرد.

## ۵. سپاس‌گزاری از خادمان و دست‌اندرکاران

یکی از راهبردهای اخلاقی برای انسجام مؤمنان در احیای سنت‌ها و شعایر الهی، حق‌شناسی و قدرشناسی از یکدیگر است. درست که همه کارها و خدمات‌ها باید با نیت تقرب به خداوند متعال و بدون چشم‌داشت مادی باشد؛ لکن از مصادیق پیچیده اخلاص، تشکر و تقدیر خالصانه و قربه‌الی‌الله است. حجت‌الاسلام والمسلمین قرائتی، درباره اخلاص در نیت مثال جالبی دارند: «طلبه‌ای برای سی شب ماه رمضان به روستای شما می‌آید. او ان‌شاءالله به قصد قربت می‌آید؛ اما تو هم به قصد قربت از او تشکر و تقدیر نمی‌کنی؟!»

گاهی ایجاد یک تشکر سالم با عضویت همه دست‌اندرکاران اعتکاف و خادمان، چه بسا

منشأ آثار و خیرات زیادی در عرصه فرهنگ دینی ما باشد. چه خوب است تشکلی در قالب هیئت پدید آید و به صورت منظم و متناوب گرد هم آیند و ضمن بهره بردن از معارف قرآن و اهل بیت علیهم السلام، طرح‌ها و ایده‌های بهتری برای برگزاری بهتر اعتکاف سال آینده بررسی و تولید کنند.





بخش چهارم:  
پیوست‌ها





## پیوست ۱. چک‌لیست اقدامات

گام اول: تهیه چک‌لیست، تشکیل ستاد مرکزی اعتکاف؛

گام دوم: تبلیغات و تشویق و زمینه‌سازی، شامل: ترغیب مردم محل به حضور در اعتکاف، تبیین سهولت شروط و احکام اعتکاف، سازمان‌دهی خادمان؛

گام سوم: فراهم کردن امکانات و فضای لازم، شامل: دعوت و تشویق به مشارکت خیران و مسئولان، تعمیرات مسجد، غبارروبی و زیباسازی مسجد، تأمین مایحتاج بهداشتی، خوراکی و... اعتکاف، تأمین و آزمایش سیستم‌های صوتی و تصویری با کیفیت، آماده‌سازی و تجهیز آشپزخانه و شناسایی و انعقاد قرارداد با آشپز و عوامل آن، آماده‌سازی و تجهیز سرویس‌های بهداشتی و حمام به تعداد کافی، تعیین و تجهیز مکان استقرار معتکفان دارای وضعیت جسمانی خاص، تعیین و توجیه خادمان ویژه رسیدگی به معتکفان خاص، تعبیه مکانی برای مهدکودک و تجهیز آن و انعقاد قرارداد با مربی، تهیه امکانات معنوی نظیر قرآن و مفاتیح و مهر و تسیح، ایجاد کتابخانه‌ای کوچک ویژه معتکفان؛

گام چهارم: اطلاع‌رسانی و سهمیه‌بندی و ثبت‌نام، شامل: تعیین جنسیت و مقطع سنی معتکفان یا سهمیه‌بندی، چاپ و توزیع اقلام تبلیغاتی مربوط به ثبت‌نام، اطلاع‌رسانی شفاف، از فرایند و شروط و اولویت‌های پذیرش معتکف، ثبت‌نام، مشخص کردن معتکفان خاص،

تشکیل شورای پذیرش، تهیه فهرست معتکفان اصلی و فرعی، اعلام اسامی فهرست اصلی و ذخیره، تعیین و اعلام آخرین فرصت مراجعه افراد برگزیده به مسجد برای قطعی کردن ثبت نام خود؛

گام پنجم: استقبال معنوی از اعتکاف، شامل: برقراری ارتباط با پذیرفته شدگان اعتکاف، ارسال پیام‌های معنوی پیش از آغاز اعتکاف، ارسال فرم اعلام توانمندی‌ها و علاقه‌مندی‌ها، دعوت از معتکفان علاقه‌مند به فعالیت در اعتکاف، تبلیغات محیطی (درون و بیرون مسجد)، تعیین و شماره‌گذاری مکان هر معتکف، تهیه کارت شناسایی معتکفان و خادمان؛

گام ششم: استقبال از معتکفان، شامل: آماده‌سازی امکانات و نیروی انسانی برای استقبال، اجرای برنامه‌های استقبال، اجرای برنامه گروهی آشنایی با مکان‌ها و امکانات مسجد، مراسم معارفه، رسیدگی به دغدغه‌های اولیه معتکفان، انجام آخرین تغییرات در محل استقرار هر معتکف، برگزاری اولین مسابقه «احکام مسجد و اعتکاف»؛

گام هفتم: برنامه‌های رسمی اعتکاف، شامل: برگزاری افتتاحیه، هماهنگی جلسات فردی و گروهی پرسش و پاسخ، طراحی و هماهنگی و اجرای مسابقات ازپیش تعیین شده، تهیه و تعبیه امکانات دریافت پیشنهادها و انتقادهای معتکفان، تأمین مکان و امکان عکس یادگاری، شناسایی و دعوت از سخنرانان و مداحان،



برنامه‌ریزی و هماهنگی اجرای مراسم دعا و توسل، برنامه‌ریزی و اجرای شبی با قرآن، تهیه و توزیع جزوهٔ آداب و اسرار اعتکاف، هماهنگی و برگزاری حلقه‌های معرفت، برنامه‌ریزی برای برگزاری مطلوب نمازهای جماعت، برنامه‌ریزی اجرای سخنرانی کوتاه امام‌جماعت، تهیه و توزیع فرم نظرسنجی و ارزیابی در میان معتکفان، هماهنگی و اجرای مراسم مولودی امیرالمؤمنین علیه السلام و سوگواری حضرت زینب علیها السلام، برنامه‌ریزی و اجرای برنامه‌های با مخاطب خاص؛

گام هشتم: مراقبت‌ها و ملاحظه‌ها: برنامه‌ریزی برای تأمین آسایش هنگام خواب معتکفان، برنامه‌ریزی دیدار زمانمند معتکفان با بستگان، برنامهٔ کنترل بهداشت؛

گام نهم: فعالیت‌های پس از اعتکاف، شامل: برنامه‌ریزی و اجرای مراسم اختتامیه، غبارروبی پایانی مسجد، بازبینی و جمع‌آوری وسایل و امکانات، تسویه حساب‌ها، حسابرسی، عودت امانات، تهیهٔ گزارش نهایی، برگزاری مراسم تقدیر از خیران و مسئولان و خادمان.

## پیوست ۲. فهرستی از آیات، روایات، سخنان بزرگان و اشعار مناسب برای تبلیغ اعتکاف

۱. ﴿أَنْ طَهَّرَا بَيْتِي لِلطَّائِفِينَ وَالْعَاكِفِينَ وَالرُّكَّعِ السُّجُودِ﴾ (خانهٔ مرا برای طواف‌کنندگان و

معتکفان و رکوع و سجده‌کنندگان پاکیزه کنید.)

۲. امام صادق عَلَيْهِ السَّلَامُ: «كَانَتْ بَدْرُ فِي شَهْرِ رَمَضَانَ فَلَمْ يَعْتَكِفْ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَلَمَّا أَنْ كَانَ مِنْ قَابِلٍ اعْتَكَفَ عِشْرِينَ عَشْرًا لِعَامِهِ وَ عَشْرًا قِضَاهُ لِمَا فَاتَهُ.»<sup>۱</sup> (جنگ بدر در ماه رمضان رخ داد؛ از این رو رسول خدا صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ موفق به اعتکاف نشدند. آن حضرت در ماه رمضان سال آینده یک دهه را به عنوان همان سال اعتکاف کردند و یک دهه را نیز به عنوان قضای سال قبل.)

۳. پیامبر صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: «الْمُعْتَكِفُ يَعْكِفُ الذُّنُوبَ وَ يَجْرِي لَهُ مِنَ الْأَجْرِ كَأَجْرِ عَامِلِ الْحَسَنَاتِ كُلِّهَا.»<sup>۲</sup> (معتکف همه گناهان را در بند می‌کند و مانند کسی که همه خوبی‌ها را انجام داده است، به او پاداش داده می‌شود.)

۴. «مَنْ اعْتَكَفَ إِيمَانًا وَ احْتِسَابًا غُفِرَ لَهُ مَا تَقَدَّمَ مِنْ ذَنْبِهِ»<sup>۳</sup> (همه گناهان گذشته کسی که از روی ایمان و برای رسیدن به ثواب الهی معتکف شود، آمرزیده می‌شود.)

۵. حضرت صادق عَلَيْهِ السَّلَامُ فرمود: «إِذَا كَانَ يَوْمُ الْقِيَامَةِ نَادَى مُنَادٍ مِنْ بَطْنِ الْعَرْشِ أَيْنَ الرَّجَبِيُّونَ؟ فَيَقُومُ أَنَاْسٌ يُضِيءُ وُجُوهُهُمْ لِأَهْلِ الْجَمْعِ عَلَيَّ رُءُوسِهِمْ تَبْجَانُ الْمَلِكِ وَ ذَكَرَ ثَوَابًا جَزِيلًا إِلَى أَنْ قَالَ هَذَا لِمَنْ صَامَ مِنْ رَجَبٍ شَيْئًا وَ لَوْ

۱. محمد بن یعقوب کلینی، الکافی، ج ۴، ص ۱۷۵.

۲. علی بن حسام الدین قادری الشاذلی الهندی (متقی هندی)، کنز العمال، حدیث ۲۴۰۱۲.

۳. علی بن حسام الدین قادری الشاذلی الهندی (متقی هندی)، کنز العمال، حدیث ۲۴۰۰۷.

يَوْمًا فِي أَوَّلِهِ أَوْ وَسْطِهِ أَوْ آخِرِهِ.»<sup>۱</sup> (وقتی روز قیامت شد، نداکننده‌ای از درون عرش صدا می‌زند کجایند رجبیون (اهل ماه رجب)؛ پس گروهی که چهرهٔ آنان برای جمعیت درخشان است و تاج شاهی بر سر دارند، به پا می‌خیزند. آنگاه امام صادق علیه السلام ثواب‌های زیادی نام برد و بعد فرمود: «همهٔ این‌ها برای کسی است که قسمتی از ماه رجب را روزه بگیرد؛ اگرچه یک روز در اول یا وسط یا آخر آن باشد.»)

۶. سیدبن طاووس رضی الله عنه می‌گوید: «بدان که اوج و کمال اعتکاف آن است که انسان عقل و دل و دیگر اعضای بدن خویش را تنها بر اعمال صالح وقف کند و آن‌ها را بردرگاه خداوند و ارادهٔ مقدس او حبس کند. معتکف باید فکر و جان و اعضای خود را با افسارهای مراقبت به خوبی مهار کند و از چیزهایی که روزه‌دار باید از آن بپرهیزد، کاملاً خودداری کند؛ بلکه دقت و مراقبهٔ معتکف باید به مراتب بیشتر از روزه‌دار باشد؛ زیرا او، هم روزه‌دار است و هم معتکف و هر معتکفی خود را ملزم کرده است که با تمام وجود به خداوند متعال روی آورد و روی گردانی و غفلت از حق را یکسره کنار نهد. بنابراین هرگاه معتکف نور عقل و جانش را به غیرخدا مشغول کند، یا عضوی از اعضای بدنش را در کاری که طاعت پروردگار نیست به کار گیرد، به همان میزانی که غفلت یا کوتاهی کرده، از حقیقت اعتکاف خود کاسته است.»

۱. محمدبن حسن حرعاملی، وسائل الشیعة، ج ۱، ص ۴۷۹.

۷. امام صادق عَلَيْهِ السَّلَام از پیامبر اکرم صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ نقل کرده که حضرتش فرمود: «إِعْتِكَافُ عَشْرِ فِي شَهْرِ رَمَضَانَ تَعْدِلُ حَجَّتَيْنِ وَعُمْرَتَيْنِ.»<sup>۱</sup> (اعتکاف ده روز در ماه رمضان معادل [ثواب] دو حج و دو عمره است.)

۸. حضرت صادق عَلَيْهِ السَّلَام به عبدالمکمل فرمود: «يَا فَضْلُ لَا يَأْتِي الْمَسْجِدَ مِنْ كُلِّ قَبِيلَةٍ إِلَّا وَافِدُهُا وَمِنْ كُلِّ أَهْلِ بَيْتٍ إِلَّا نَجِيبُهَا.»<sup>۲</sup> (ای فضل، در مسجد از هر قبیله و طائفه‌ای [در گام اول] جز سرپرست و بزرگ آن و از هر خانواده‌ای جز فردی که نجیب آن خانواده است، حضور پیدا نمی‌کند.)

۹. مرحوم مجلسی به نقل از مرحوم طبرسی آورده است: «إِنَّ سُلَيْمَانَ عَلَيْهِ السَّلَام كَانَ يَعْتَكِفُ فِي مَسْجِدِ بَيْتِ الْمُقَدَّسِ أَلْسَنَةَ وَ السَّنَتَيْنِ وَ الشَّهْرَ وَ الشَّهْرَيْنِ وَ أَقَلَّ وَ أَكْثَرَ يُدْخِلُ فِيهِ طَعَامَهُ وَ شَرَابَهُ وَ يَتَعَبَّدُ فِيهِ.»<sup>۳</sup> (سلیمان همیشه در مسجد بیت المقدس به مدت یک سال و دو سال، یک ماه و دو ماه، کمتر و بیشتر، اعتکاف می‌کرد و غذا و آب خود را به آنجا می‌برد و در آنجا به عبادت می‌پرداخت.) در ادامه این روایت آمده است که حتی مرگ حضرت سلیمان عَلَيْهِ السَّلَام، در همان جا و در حال اعتکاف اتفاق افتاد.

۱۰. آنگاه که فرشته الهی به ملاقات حضرت مریم عَلَيْهَا السَّلَام آمد، او از مردم فاصله گرفت و در خلوت به سر برد تا در مکانی خالی و فارغ از هرگونه

۱. محمدبن حسن حرعاملی، وسائل الشیعة، ج ۱۰، ص ۵۳۴.

۲. محمدبن حسن حرعاملی، وسائل الشیعة، ج ۵، ص ۱۹۳.

۳. محمدباقر مجلسی، بحار الانوار، ج ۱۴، ص ۱۴۱.

دغدغه، به رازونیا با خدای خود پردازد و چیزی او را از یاد محبوب غافل نکند. به همین جهت، طرف شرق بیت المقدس را که شاید محلی آرام‌تر یا از نظر تابش آفتاب پاک‌تر و مناسب‌تر بود، برگزید. مرحوم علامه طباطبایی رحمته الله می‌گوید: «هدف حضرت مریم علیها السلام از دوری کردن از مردم، بریدن از آنان و روی آوردن به سنت اعتکاف بوده است.»

۱۱. امام صادق علیه السلام می‌فرماید: «كَانَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ إِذَا كَانَ الْعَشْرُ الْأَوَاخِرُ اعْتَكَفَ فِي الْمَسْجِدِ وَضَرَبَتْ لَهُ قُبَّةٌ مِنْ شَعْرٍ وَشَمَّرَ الْمُئَزَّزَ وَطَوَى فِرَاشَهُ.»<sup>۱</sup> (همیشه این‌گونه بود که در دهه آخر [ماه رمضان]، رسول خدا صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ در مسجد معتکف می‌شد، خیمه‌ای از پشم برای او بر پا می‌کردند و او پرده‌ای می‌آویخت و بستر خواب را جمع می‌کرد.)

۱۲. رهبر معظم انقلاب، حضرت آیت‌الله العظمی خامنه‌ای، فرموده است: «دانشجویان مؤمن و انقلابی ما می‌توانند با گسترش فرهنگ عمیق اسلامی، جهاد خود را در دانشگاه‌ها به بهترین وجه انجام دهند. توجه به دین و اقبال عباداتی مانند نمازهای جماعت و مراسم دعا و اعتکاف بسیار خوب است؛ اما دایره تأثیر و مدت محدودی دارد. بنابراین برای گسترش این دایره و نیز اثر گذاشتن بر دل‌های اهل تحقیق، انجام کار عمیق و عملی یک ضرورت است.»<sup>۲</sup>

۱۳. حضرت آیت‌الله صافی گلپایگانی:

۱. محمدبن یعقوب کلینی، الکافی، ج ۴، ص ۱۷۵.

۲. روزنامه جمهوری اسلامی، ۱۶ مرداد ۱۳۷۸.

■ کسانی که در این سه روز معتکف می‌شوند، اثرات آن را تا آخر عمر مشاهده خواهند کرد و کسی که در عمرش اعتکاف کرده باشد، تقوا و پرهیزکاری و پارسایی‌اش زیاد می‌شود.

■ انسان می‌تواند کل سال را معتکف باشد و اعتکاف، محدود به سه روز نیست و این برای انسان افتخار است که بتواند تمام سال را بر نفس خود مسلط باشد. حبس نفس این است که انسان بتواند بر خود مسلط شود و این توانایی روحی، فوق‌العاده در اسلام اهمیت دارد.

■ اعتکاف تمرینی است تا اخلاقیات اسلام در مردم رسوخ پیدا کند و همیشه بتوانیم نبض رفتارمان را کنترل کنیم و این امر موقوف بر این است که توانایی انسان زیاد شده و قدرتمند حقیقی باشد.

■ در روایات داریم که دعا و توجه به خداوند متعال مغز عبادت و پرستش خداوند است و این عبادات در اعتکاف انجام می‌شود.

■ بخش بزرگی از اعتکاف را جوانان ما تشکیل می‌دهند و ما وظیفه داریم که نگذاریم این سنت‌ها در جامعه کم‌رنگ شود و اگر این امور کم شود، جامعه از بین می‌رود.

■ در اعتکاف هرچه خلوص نیت ما بیشتر باشد، به کمال عبادت نزدیک‌تر و ثوابش بیشتر می‌شود و مسائل متفرقه و سیاست‌بازی نباید وارد شود و انسان باید فقط در اعمال خود تفکر کند.

۱۴. آیت‌الله جوادی آملی:

■ اعتکاف نماد ارتباط با خداوند و جامعه،

اعتکاف یک هدیه الهی است.

■ رفتن در گوشه مسجد و خلوت کردن و قطع ارتباط با جامعه یعنی رهبانیت که در اسلام نیست. اعتکاف در عین خلوت کردن، ارتباط با جامعه را حفظ می‌کند و اصلاً اعتکاف برای رفع مشکلات جامعه است.

■ اعتکاف در اسلام یک اصل مقدس و عبادتی مستقل است و همچون نماز، حج و عمره اهمیت دارد.

■ مهمانان خدا زمانی که معتکف می‌شوند، هدایایی از خدا دریافت می‌کنند؛ بنابراین باید در جایی باشند که سایرین نیز از این هدایا بهره‌مند شوند، نه اینکه در خلوتی معتکف شوند و کسی از آن‌ها خبر نداشته باشد.

■ ملت و مملکتی که اعتکاف دارد، باید سرآمد جهان باشد؛ چون در اعتکاف هم پیام الله به مردم می‌رسد و هم پیام مردم به الله خواهد رسید. ■ اعتکاف برای رفع مشکلات مردم و جامعه است، نه اینکه از جامعه جدا شوند؛ پس پیام اعتکاف حل مشکلات جامعه است.

■ معتکف به بیراهه نمی‌رود. معتکفین بعد از سه روز نه بیراهه می‌روند و نه راه کسی را می‌بندند و همین مسئله فضای جامعه را عطرانگیز می‌کند. این، پیام فرهنگی اعتکاف است.

■ مسئله حجاب و عفاف و مسائل اخلاقی جامعه در همین اعتکاف‌ها حل می‌شود و البته همه نسبت به امر به معروف و نهی از منکر مسئول هستیم؛ ولی اعتکاف چون آب گری است که

مطهر جامعه است و طهارت روح می‌آورد و جامعه از نظر اخلاقی ایمن می‌شود.

■ خداوند به ابراهیم خلیل و فرزندش اسماعیل دستور داد که سه گروه از مهمانانش را که وارد حرم می‌شوند، احترام کنند و حرم را برای آن‌ها تطهیر نمایند. آن مهمانان حجاج، نمازگزاران و معتکفین هستند که خدا حرم امن خود را برای این سه گروه تطهیر کرده است.

■ جریان اعتکاف در کنار حج و عمره و نماز است و زیر پوشش هیچ یک نیست؛ بلکه صوم و صلاة زیر پوشش اعتکاف است و یکی از شرایط آن محسوب می‌شود.

■ اعتکاف از هدایای الهی است. همان طور که پیامبر اکرم صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ تسبیح صدذکری را به دخترش هدیه داد، خداوند اعتکاف را به امت اسلامی هدیه داد؛ پس باید از آن بهره‌برداری نماییم.

■ اعتکاف چنان عظمتی دارد که یکی از شرایط و اجزای آن روزه است. این در حالی است که روزه از زیربناهای اسلام است.

■ این مراسم معنوی باید به گونه‌ای برپا شود که جوانان زمانی که از این مراسم بیرون می‌آیند، بدانند در نظام اسلامی باید چگونه باشد.

■ در هر جایی نمی‌توان معتکف شد. هر موقع روزه صحیح باشد، اعتکاف صحیح است؛ ولی در هر جایی نمی‌توان معتکف شد و باید مساجد چهارگانه یا مسجد جامع یا مسجد جماعت باشد. البته منظور از مسجد جماعت جایی نیست که نماز جماعت خوانده می‌شود؛ بلکه جایی است که



مورد رجوع جامعه و اکثریت مردم است و جماعتی در آن حضور دارند.

■ اگر مسئولین، اعتکاف سه روز ماه رجب را به ده روز ماه مبارک ارتقا دهند، فضای معنوی جامعه دوچندان و معطر می‌گردد.

۱۸. آیت‌الله مکارم شیرازی

■ اعتکاف جوانان را بیمه می‌کند.

■ در دنیای پرغوغا و مملو از عوامل فساد، اعتکاف درخشندگی بیشتری دارد و می‌تواند عامل بازدارنده مقابل عوامل فساد باشد و در اصلاح افراد و محیط بکوشد.

■ سه عبادت در اسلام است که انسان را از عالم ماده دور می‌کند و در عالم معنویت فرومی‌برد و یکی از این عبادات روزه است که ترک نفسانیات و اتصال به فرشتگان آسمان را به دنبال دارد. عبادت دیگری حالت احرام است. وقتی انسان احرام می‌بندد، از ۲۵ مورد باید اجتناب کند که غالباً مربوط به نفسانیات است.

■ اعتکاف نیز انسان را چند روزی در یک عالم مملو از معنویت فرومی‌برد و وادار می‌کند که به خویشتن خویش برسد و خود را در خود پیدا کند.

■ اگر به فلسفه اعتکاف توجه شود و مراسم آن نیز به خوبی انجام شود، ورق تازه‌ای در زندگی انسان خواهد بود.

■ در مسئله اعتکاف چند مورد جالب وجود دارد و مشتریان اعتکاف غالباً نسل جوان هستند. این مراسم در مساجد دانشگاه نیز با استقبال فوق‌العاده‌ای مواجه است.

■ جوانان نیاز به اعتکاف دارند و اعتکاف، بیشتر برای نسل جوان است؛ هرچند تمام افراد می‌توانند در آن شرکت کنند.

■ اعتکاف که در تمام سال مستحب است و مخصوص ماه رجب نیست، با اعمالی به نام ام‌داوود آمیخته شده که مجموعه‌ای از دعاها و اذکاری است که اثر تربیتی فوق‌العاده‌ای دارد.

■ در اعتکاف چنان نیست که مانند انجام برخی فرایض مذهبی، هر فردی کاری برای خود انجام دهد. تمام نهادها به این امر توجه دارند و پشتیبانی و همکاری می‌کنند.

■ اعتکاف مانند بسیاری از سنت‌های دیگر، سنت فراموش شده‌ای بود که در جمهوری اسلامی این سنت زنده شد. این سنت، بالنده و پیشروی‌کننده است. آمارها سال به سال افزایش پیدا می‌کند و این نشان می‌دهد چنان نیست که برای کسی ملال‌آور و خسته‌کننده باشد.

■ در گذشته می‌گفتند اعتکاف برای چهار مسجد معروف است. زمانی که نیاز احساس شد، مطالعه و بررسی صورت گرفت و مشخص شد در روایات وارد شده که در هر مسجدی که نماز مرتب در آن اقامه می‌شود، اعتکاف هم می‌توان برگزار کرد.

۱۹. آیت‌الله وحید خراسانی

■ حقیقت اعتکاف در واقع حبس نفس است.  
■ این مقام اعتکاف است که حضرت ابراهیم علیه السلام بعد از اینکه خلیل‌الله شد، باید بیت‌الله را پاکیزه و آماده کند تا معتکفین در خانه

خدا مقیم شوند و نفوس را حبس کنند.

■ اعتکاف وقتی اعتکاف است که معتکف در مسجد وارد شود و ارتباطش با دو نقطه کامل شود. یکی از آن دو ذات قدوس حق تعالی است و دیگری ولی عصر امام زمان عَلَيْهِ السَّلَامُ است.

■ در فقه نشان می‌دهد که در آن سه روز اعتکاف، روح باید به آن که هرچه هست از اوست، متمرکز شود. منتها کسی که برای شرکت در این مراسم وارد مسجد می‌شود، اول باید فکر کند که چه بود، چه شد، کجا می‌رود و برای چه کاری می‌رود.

■ باید هرچه زودتر از خواب غفلت بیدار شویم و آنچه را که فراموش کرده‌ایم، به یاد بیاوریم. ما همه یک نطفه بودیم و خداوند نطفه گندیده را در شکم مادر قرار داد و این قوا را به او عطا کرد و معتکف باید بداند که از کجا آمده و لطف و عنایت چه کسی نطفه را به این صورت درآورده است. آنچه هست، به طفیل اوست. من و تو حق حیات نداریم. باید بدانیم از اول صبح که برخاستیم، چقدر به فکر خدا هستیم و چقدر به فکر خودمان.

■ همه الطاف به برکت کسی است که تمام

وجودش محض فی الله است و او ولی عصر عَلَيْهِ السَّلَامُ است.

■ بالاترین کار در اعتکاف، قرائت قرآن است و معتکف نباید از این مسئله مهم غفلت کند. نماز حرف زدن ما با خدا و قرآن حرف زدن خدا با ماست و اگر معتکف ختم قرآن را به امام زمان عَلَيْهِ السَّلَامُ هدیه کند، هدیه او هدیه به همه انبیاست.



■ این زیارت آل یاسین اکسیر اعظم است و همه معتکفین باید قرائت این زیارت را جزو اولین برنامه‌های خود قرار دهند. زیارت آل یاسین و سورۀ یاسین برای معتکف به خدا فتح باب می‌کند و همه این‌ها ریشه فقهی دارد.

■ اگر اعتکاف با این اعمال تمام شود، آهن به مسجد می‌رود و وقتی برمی‌گردد، طلای احمر می‌شود.

۱۵. در حلقه درویش ندیدیم صفایی  
در صومعه از او نشنیدیم ندایی  
در مدرسه از دوست نخواندیم کتابی  
در مأذنه از یار ندیدیم صدایی  
در جمع کتب هیچ حجابی ندیدیم  
در درس صحف، راه نبردیم به جایی  
در بتکده، عمری به بطالت گذرانیدیم  
در جمع حریفان، نه دواپی و نه دایی  
در جرگه عشاق روم، بلکه بیابم  
از گلشن دلدار، نسیمی رد پای  
این ما و منی جمله ز عقل است و عقال است  
در خلوت مستان، نه منی هست و نه مایی  
(امام خمینی علیه السلام)

۱۶. به تن نما برادرم خلعت اعتکاف را  
رسان به کام خویشتن لذت اعتکاف را  
سه پنج روز زندگی به راه ورسم بندگی  
به پا نما برادرم همت اعتکاف را  
اگر که مفت می‌خرند در این زمانه عمر را بیا  
بخر برای خود عزت اعتکاف را

اگر ضعیف گشته‌ای به زیر بار زندگی  
رسان به جان خویشتن قدرت اعتکاف را  
زدود و داد درگذر، به حال خود نما نظر  
گزین در این میانه تو خلوت اعتکاف را  
تشریف است بی‌گمان اجازه‌ای است در میان  
اگر به دست من دهند قسمت اعتکاف را  
(احمد درویش گفتار)

۷۷



بخش چهارم: پیوست‌ها

۱۷. هرکه با نرگس سرمست تو در کار آید  
روز و شب معتکف خانه خمار آید

۱۸. کسی به زیر فلک دست بر قضا دارد  
که اعتکاف به سرمنزل رضا دارد  
مریض شوق، کی اندیشه دوا دارد  
شهید عشق، کجا فکر خون بها دارد  
به دور لعل می‌آلود دوست دانستم  
که باده این همه کیفیت از کجا دارد

۱۹. ز آتشکده و کعبه، غرض سوز و نیازست  
و آنجا که نیاز است چه حاجت به نماز است  
بی‌عشق مسخر نشود ملک حقیقت  
کان چیز که جز عشق بود، عین مجاز است  
چون مرغ دل خسته من صید نگرده  
هرگاه که بینم که در میکده باز است  
آن کس که بُود معتکف کعبه قربت  
در مذهب عشاق، چه محتاج حجاز است  
هرچند که از بندگی ما چه برآید  
ما بنده آنیم که او بنده نواز است

۲۰. کریم، بر گلیم اعتکاف زیر خیمهٔ مناجات  
نشسته‌ایم تا نام تو را که اکسیر بقاست، زمزمه  
کنیم و نشان عاشقی را بر سینهٔ دردآلود خود  
بیاویزیم.

۲۱. ای بزرگ متعال، خرسندم از تو، از نانی  
که در سفره‌ام نیست، از طینتی که در صدایم  
نیست، از شکوهی که در شهرتم نیست. بیا تا در  
آغوش گیریم این تنهایی را که فقط میان من و تو  
افتاده است. سبک می‌شوم آنگاه که تو را در خود  
می‌ریزم، گران‌بارم از این همه بی‌توبودن. هر جا  
نشانی از تو می‌جویم، همان جا گم می‌کنم.  
می‌شنوم خنده‌های شیرینت را هرگاه که اسب  
شعورم را زین می‌کنم. اکنون ماییم، بندگان  
گنهکارت که زیر درخت اعتکاف، به کرده‌ها و  
ناکرده‌های خود اعتراف می‌کنیم.

۲۲. ای خدای بزرگ، محمد را در غار حرا نزد  
خود خواندی و بر خوان تقرب نشانیدی. علی  
را مدینه و کوفه دادی تا شب‌ها بر سر چاه رود  
و خون دل فروریزد. فاطمه را در بیت‌الاحزان  
پذیرایی کردی تا غم دل با تو گوید و بار اندوه بر  
زمین گذارد. ما نیز به اعتکاف آمده‌ایم تا از خوان  
تقرب، لقمه برگیریم و کوه اندوه بر زمین عبادت  
گذاریم.

۲۳. به یاد تو و به یاد خوبان درگاهت، از همگان  
کناره گرفته‌ایم و روزی چند زبان نمی‌چرخانیم  
جز به مناجات، و چشم نمی‌گشاییم جز به امید  
دیدار، و لقمه بر دهان نمی‌گذاریم جز آنگاه که  
اذان معرفت را از منارهٔ ایمان بشنویم. ما را که

سجادهٔ اعتکاف گسترانیده‌ایم و زبان اعتراف  
گشوده‌ایم، نزد خویش بخوان و از درگاہت مران.  
۲۴. کدام اندوه، کدام سختی و کدام گره  
کور، دلم را خواهد آزد وقتی من در این چندروزهٔ  
اعتکاف تو را بیابم و دریابم که تو خدای بزرگ و  
مهربان من، همیشه با منی؟

۲۵. زمان کوتاه است و نیاز بسیار؛ اما سه روز  
ناب است که انسان به تمام معتکف او شده است:  
روزهٔ عشق می‌گیرد و با عشق افطار می‌کند،  
هم‌نشین اهل راز می‌شود و از نیاز می‌گوید، عقل  
به اندیشه فرورفته و دل به سجود. کجایند  
معتکفان!؟

## پیوست ۳. سوژه‌ها و طرح سخنرانی‌های اعتکاف

### طرح سخنرانی ۱

موضوع: اخلاص و تجدیدمیثاق فطرت	مخاطب: عموم به ویژه جوانان
حوزه مبحث: عقیدتی و اخلاقی	موقعیت: اعتکاف، زیارت مشاهد مشرفه، اردوی تربیتی



### مقدمه

در همه فرهنگ‌ها جوانمردی و مروّت امری ممدوح و پسندیده است. مروّت و جوانمردی یک خصلت جزئی نیست که یک مصداق معین رفتاری داشته باشد؛ بلکه کیفیتی نفسانی است که در هر ظرف و موقعیتی ظهور خاص خود را دارد. از مهم‌ترین جلوه‌های مروّت، وفای به عهد و التزام به قرارها و توافقات است.

### سیر منطقی سرفصل‌ها

۱. اقسام کسانی که با آن‌ها پیمان می‌بندیم:  
قرار با خود از طریق عقل و نفس لّوامه، قرار با خدا از طریق عقل و فطرت و پذیرش انبیا و رسل، قرار با دوستان و هم‌کیشان، قرار با غیرهم‌کیشان، قرار با دشمنان از طریق معاهده و صلح و ...



۲. انواع عهدها: مادی یا معنوی، دائم یا موقت، قابل نقض یا غیرقابل نقض، مشروط یا مطلق.
۳. مختصات عهد ما با خدا:
- ۱.۳ هم در مادیات و هم در معنویات؛
- ۲.۳ دائمی؛
- ۳.۳ مطلق؛
- ۴.۳ غیرقابل نقض؛
- ۵.۳ مشروعیت سایر پیمان‌ها هم منوط به تعارض نداشتنش با این عهد الهی است.
۴. کی و کجا و چگونه با خدا عهد بستیم؟
- ۱.۴ فطرت: ﴿فَطَرَتِ اللَّهُ الَّتِي فَطَرَ النَّاسَ عَلَيْهَا لَا تَبْدِيلَ لِخَلْقِ اللَّهِ﴾ (روم، ۳۰)؛
- ۲.۴ عقل سلیم: ﴿وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا \* فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا﴾ (شمس، ۸ و ۷)؛
- ۳.۴ وجدان بیدار: ﴿بَلِ الْإِنْسَانُ عَلَىٰ نَفْسِهِ بَصِيرَةٌ \* وَلَوْ أَلْقَىٰ مَعَاذِيرَهُ﴾ (قیامت، ۱۴ و ۱۵)؛
- ۴.۴ درس‌ها و عبرت‌های تاریخ: ﴿فَاعْتَبِرُوا﴾ (حشر، ۲) ﴿إِنَّ فِي ذَٰلِكَ لَعِبْرَةً لِّمَن يَخْشَىٰ...﴾ (نازعات، ۲۶)؛
- ۴.۵ تجربه بحران‌ها و انقطاع کلی اسباب: ﴿وَإِذَا غَشِيَهُمْ مَوَّجٌ كَالظُّلَلِ دَعَوُا اللَّهَ مُخْلِصِينَ لَهُ الدِّينَ.....﴾ (لقمان، ۳۲).
۵. موانع غفلت از عهد با خدا:
- ۱.۵ دوام ذکرالله؛
- ۲.۵ اهتمام به حسنات ولو موفق به انجام همه آن‌ها نشوی؛
- ۳.۵ وقت‌شناسی تفکر در دورودرازبودن مسیر آخرت و فرصت کوتاه توشه برداشتن؛

- ۴.۵. ترک آرزوهای طلانی؛
- ۵.۵. ترک مجالست با اهل بطلالت؛
- ۶.۵. هم‌نشینی با صالحان؛
- ۷.۵. حضور در مجلس عالمان ربانی؛
- ۸.۵. یاد مرگ.

## آثار و نتایج

۱. ایجاد انگیزه برای بازبینی عملکرد گذشته  
عمر؛
۲. ایجاد زمینه توبه و انابه و آشتی با خدا؛
۳. ایجاد زمینه برای بیان و یادآوری بسیاری  
از مباحث اخلاقی دیگر نظیر ترک گناه، جهاد با  
نفس، دنیاشناسی، شیطان‌شناسی، توجه به مرگ  
و قیامت، تقوا و ... .



## هشدارها و ملاحظه‌ها

۱. باید مراقبت کنیم تا بحث بیش از حد کلامی  
یا فلسفی نشود و به این مباحث در حد ضرورت و  
حداقلی اکتفا کنیم و مجال را برای تفکر اخلاقی  
و موعظه فراهم سازیم.
۲. بهتر است به جنبه‌های مثبت بحث یعنی آثار و  
فواید توجه به عهد فطرت در زندگی الگوها، بیش  
از جنبه منفی یعنی غفلت و غافلان توجه کنیم.
۳. شهید و شهادت از بهترین محمل‌ها برای  
تبیین و اثربخش کردن این موضوع است؛ چراکه  
آن‌ها مصادیق‌های عالی مؤمنانی هستند که بر عهد  
خود پایدار ماندند: ﴿مِنَ الْمُؤْمِنِينَ رِجَالٌ صَدَقُوا  
مَا عَاهَدُوا اللَّهَ عَلَيْهِ فَمِنْهُمْ مَنْ قَضَىٰ نَحْبَهُ وَ...﴾  
(احزاب، ۲۳).

## منابع مفید

۱. قرآن کریم: یس، ۶۰؛ فتح، ۱۰؛ نحل، ۹۱؛ احزاب، ۱۵ و ۲۳؛ بقره، ۲۷ و ۴۰ و ۷۵ و ۷۷ و ۱۴۶؛ آل عمران، ۷۵ تا ۷۸؛ انعام، ۱۵۲؛ رعد، ۲۰ و ۲۵؛ نحل، ۹۱ و ۹۵؛ اسراء، ۳۴؛ توبه، ۷۸ و ۱۰۱ و ۱۱۱؛ مائده، ۷؛ علق، ۱۴؛ مجادله، ۱۴؛ عنکبوت، ۶۱ و ۶۵؛ لقمان، ۲۵؛ زمر، ۳۸؛ زخرف، ۹ و ۸۷؛ روم، ۳۰؛ اعراف، ۲۹ و ۱۷۲؛ یونس، ۲۲.
۲. روایات: محمد باقر مجلسی، بحار الانوار، ج ۳، باب ۱۱، ص ۲۶۷ تا ۲۸۲ و ج ۵، باب ۷، ص ۱۹۶ و باب ۹، ص ۲۲۳ و ج ۲۳، باب ۲۱، ص ۳۶۵ و ج ۲۶، باب ۶، ص ۲۷۷ و ج ۳۶، باب ۹۰، ص ۳۵۱ و ج ۴۲، باب ۱۲۸، ص ۳۰۴ تا ۳۰۶ و ج ۵۲، باب ۲۷، ص ۳۹۲ و ج ۶۰، باب ۳، ص ۲۱۹ و ج ۶۱، باب ۹، ص ۲۲۱ و ج ۷۳، باب ۱۲۵: الغفلة و اللّهُو؛ محمد محمد ری شهری، میزان الحکمة، ابواب غفلت، ذکر، عبرت، لهو، لغو، موعظه.

## طرح سخنرانی ۲

موضوع: سحر و آثار و احوال آن	مخاطب: جوانان و بزرگسالان
حوزهٔ مبحث: اخلاقی و عرفانی	موقعیت: اعتکاف، مشاهد مشرفه، اردوهای تربیتی

۸۴



اردو بهشت

### مقدمه

هرکس در زندگی خود، دسته‌بندی خاصی برای دوستان دارد. بسته به اینکه انسان در چه حال و هوایی سیر می‌کند و در چه عالمی زندگی می‌کند، تمام امور و ارتباطاتش و از جمله نوع و کیفیت تعاملاتش با دوستانش، متناسب با آن عالم شکل می‌گیرد. انسانی که می‌خواهد در «عالم انسان دینی» زندگی کند، باید بداند و بخواهد تا بتواند دوستان خود را بر اساس منطق آن عالم طبقه‌بندی و با هرکس متناسب با شأن طبقه‌ای که به آن اختصاص دارد، مراوده و معاشرت کند. قطعاً در سلسلهٔ دوستان مؤمن، خدا هم در رتبهٔ اول است و هم با همه و قبل و بعد از همه حضور دارد: ﴿وَهُوَ مَعَكُمْ أَيْنَ مَا كُنْتُمْ﴾ (حدید، ۴).

پس روشن است که اوج دل‌دادگی مؤمن، مخصوص رفیق اعلاست که ﴿وَ الَّذِينَ آمَنُوا أَشَدُّ حُبًّا لِلَّهِ﴾ (بقره، ۱۶۵) اما این محبت شدید، بلکه اشدّ، باید ظهور مناسب با خود را داشته

باشد تا محبت طرفینی بین عبد و معبود هم برقرار شود. در قرآن به برخی از صفات و اعمالی که نشانه محبت دوسویۀ بنده و پروردگار است، اشاره شده است؛ مثلاً تبعیت از پیامبر ﷺ:

﴿قُلْ إِنْ كُنْتُمْ تُحِبُّونَ اللَّهَ فَاتَّبِعُونِي يُحْبِبْكُمُ اللَّهُ﴾ (آل عمران، ۳۱)، احسان: ﴿إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ﴾ (بقره، ۱۹۵)، توبه: ﴿إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ﴾ (بقره، ۲۲۲)، طهارت: ﴿وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ﴾ (بقره، ۲۲۲)، تقوا: ﴿فَإِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُتَّقِينَ﴾ (آل عمران، ۶۷)، صبر: ﴿وَاللَّهُ يُحِبُّ الصَّابِرِينَ﴾ (آل عمران، ۶۴۱)، توکل: ﴿إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُتَوَكِّلِينَ﴾ (آل عمران، ۹۵۱)، قسط: ﴿إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُقْسِطِينَ﴾ (مائده، ۲۴)، قتال در راه خدا: ﴿إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الَّذِينَ يُقَاتِلُونَ فِي سَبِيلِهِ﴾ (صف، ۴).

اما گاهی این محبت چنان به اوج می‌رسد که باید از تصریح دست کشید و به استعاره و کنایه متوسل شد. اوج تعبیرات استعاره‌ای درباره کسان‌ی که خداوند خیلی دوستشان دارد، درباره نماز شب‌خوانان و اهل سحر است، آنجا که می‌فرماید: ﴿فَلَا تَعْلَمُ نَفْسٌ مَّا أُخْفِيَ لَهُمْ مِّن قُرَّةِ أَعْيُنٍ...﴾ (سجده، ۱۷).

### سیر منطقی سرفصل‌ها

۱. ضرورت داشتن رفیق در زندگی دنیا؛
۲. رفیق و هم‌نشین دل‌نشین از برترین لذت‌های بهشتی؛
۳. آیا همه دوستی‌ها و دوستان برای ما به یک



اندازه ارزشمندند؟ معیارهای افراد در دسته‌بندی  
دوستان و معاشرانشان چیست؟

۴. آیا خدا هم می‌تواند رفیق ما باشد؟ آیا  
تابه حال لذت دوستی با خدا را چشیده‌ایم؟  
۵. جایگاه دوستی با خدا در بین همهٔ دوستان  
ما کجاست؟

۶. چرا باید محبت را ابراز کرد؟ نقش ابراز و  
تظاهر به دوستی در تثبیت و تقویت آثار دوستی  
کدام است؟

۷. چگونه می‌توان محبت خود را به خدا ابراز  
و اثبات کرد؟ خود خدا چه راه‌هایی معرفی کرده  
است؟

۸. چرا همهٔ راه‌های دوستی با خدا نوعی سختی  
و محرومیت و محدودیت در لذت‌های دیگر را در  
کنار خود دارد؛ مانند روزه، طهارت و ترک گناه،  
از خودگذشتن و ایثار، پذیرش تلخی عدالت و  
نماز شب و ترک خواب راحت؟

۹. نماز شب: ارزش و فضیلت آن، آثار دنیوی  
و اخروی آن، عوامل محرومیت از آن، قصد  
نماز شب.

## آثار و نتایج

۱. درک و تجربهٔ لذت حقیقی دوستی با خدا در  
جوانی؛

۲. تقویت اراده برای مبارزه با هوای نفس،  
تنبلی و سستی در امور؛

۳. برخورداری از آثا وضعی سحرخیزی در ابعاد  
سلامت جسمانی و روانی، خوش خلقی، سفیدرویی

.....

## هشدارها و ملاحظه‌ها

۱. مراقبت بر اینکه توجه به مستحبات عامل سست شدن در واجبات نشود؛
۲. تذکر به پرهیز از افراط و ضرورت برنامه‌ریزی آرام‌آرام برای مبتدیان؛
۳. بیان اینکه قطعاً اصل فضیلت بیداری سحر، ولو به دقایقی قبل از اذان، جدای از نماز شب هم مهم است؛
۴. راهنمایی جوانان برای تنوع در روش‌ها و محتوای مناجات با خدا مثلاً معرفی دعای ابوحمزه و توصیه به تلاوت فقره‌ای از آن در هر نماز وتر، یا مناجات خمسة عشر و برخی ادعیه صحیفه سجادیه.

## منابع مفید

۱. قرآن کریم، آیات مربوط به نافله شب، دوری از بستر در دل شب برای عبادت خدا، مشغول نشدن به لهو به عنوان مانع ذکر خدا و ...
۲. محمد محمدی ری شهری، میزان الحکمة، حرف ص، ابواب صلاة اللیل و حرف س، ابواب الشہر.
۳. محمدباقر مجلسی، بحار الانوار، ج ۸۷، باب ۶، صلاة اللیل و ج ۷۶، ابواب السهر و النوم.

### طرح سخنرانی ۳

موضوع: تأملی در فلسفه و آثار روزه	مخاطب: عموم به ویژه جوانان
حوزهٔ مبحث: اخلاقی و تربیتی	موقعیت: اعتکاف، ماه های رجب و شعبان و رمضان

۸۸



اردو بهشت

#### سیر منطقی سرفصل ها

۱. روزه، عبادت مخصوص انبیا بود و امت اسلام تنها امت مفتخر به آن است (محمد بن علی بن بابویه قمی، الفقیه، ج ۲، ص ۹۹، حدیث ۱۸۴۴).
۲. ارزش عبادی صوم منحصر به فرد است؛ زیرا بی ریا ترین عمل عبادی است.
۳. حکمت وجوب روزه از این قرار است:
  - ۱.۳. برابری و هم دردی اغنیا با فقرا؛
  - ۲.۳. یادآوری تشنگی و گرسنگی آخرت؛
  - ۳.۳. کسب خصال نیک خشوع، مذلت، استکانت، معرفت و صبر؛
  - ۴.۳. امساک از شهوات؛
  - ۵.۳. آزمون و تثبیت اخلاص؛
  - ۶.۳. تسکین قلب ها؛
  - ۷.۳. سلامتی بدن و دفع آفات؛
  - ۸.۳. رسیدن به حکمت و از طریق حکمت به معرفت و از راه معرفت به یقین. در حدیث معراج آمده است: «... قَالَ يَا رَبِّ وَ مَا مِثْرَاُ الصَّوْمِ قَالَ



الصَّوْمُ يُورِثُ الْحِكْمَةَ وَ الْحِكْمَةُ تُورِثُ الْمَعْرِفَةَ وَ الْمَعْرِفَةُ تُورِثُ الْيَقِينَ فَإِذَا اسْتَيْقَنَ الْعَبْدُ لَا يُبَالِي كَيْفَ أَصْبَحَ بِعُسْرِ أَمْ بِيُسْرِ» (محمدباقر مجلسی، بحار الانوار، ج ۷۴، ص ۲۷).

۴. چه رابطه‌ای بین ریاضت تن و آزادی و پرورش روح وجود دارد؟

۵. آیا آثار روزه‌داری بر صرف انجام‌ندادن مفطرات جاری می‌شود؟ آداب خاص روزه چیست؟

۶. قلة الطعام و الكلام و المنام با این آیه که ﴿يُرِيدُ اللَّهُ بِكُمُ الْيُسْرَ وَلَا يُرِيدُ بِكُمُ الْعُسْرَ﴾ (بقره، ۱۸۵) سازگار است؟

## آثار و نتایج

۱. ایجاد امید در جوانان برای کنترل نفس و شهوات؛

۲. تقویت حس انسانیت و هم‌دردی با فقرا؛

۳. آرامش جوانان در مقابل تشویش‌ها و استرس‌ها.

## هشدارها و ملاحظه‌ها

باید مراقب باشیم که فلسفه و حکمت عباداتی نظیر روزه را به یافته‌های علم تجربی و آثار طبی و جسمانی گره نزنیم؛ مگر:

اولاً همان طور که در روایات به‌طور کلی آمده است که «صُومُوا تَصِحُّوا» به‌صورت کلی بیان کنیم؛

ثانیاً این نکته را قید کنیم که بین علت

(فلسفہ) احکام با حکمت (فوائد) عبادات تفاوت  
است. فلسفہ احکام توقیفی است و منوط به بیان  
خداوند در قرآن کریم یا سنت پیامبر و عترت علیہم السلام.

### منابع مفید

۱. محمدباقر مجلسی، بحار الانوار، ج ۹۶،  
ص ۲۴۶.
۲. محمد بن حسن حر عاملی، وسائل الشیعة،  
ج ۷، کتاب الصوم.
۳. علی بن حسام الدین قادری الشاذلی الہندی  
(متقی ہندی)، کنز العمال، ج ۷، ص ۸۱ و ج ۸،  
ص ۴۴۲ تا ۶۶۹.
۴. محمد بن یعقوب کلینی، الکافی، ج ۴،  
ص ۸۳.
۵. محمد محمدی ری شہری، میزان الحکمة،  
حرف ص، ابواب الصوم.

### طرح سخنرانی ۴

موضوع: ہجرت از تن؛ فرصت خودشناسی	مخاطب: جوانان و نوجوانان
حوزہ مبحث: اخلاقی و تربیتی	موقعیت: اعتکاف، ماہ مبارک رمضان

### سیر منطقی سرفصل ہا

۱. من چند بخش است؟ تن من! ذہن من! روح  
من!

۲. من من کدام است؟ تفاوت من با حیوانات (در تن مشترک)، تفاوت من با ماشین و رایانه (در ذهن مشترک).

۳. ضرورت معرفت نفس: آن که خود را بشناسد، آن که خود را نشناسد.

۴. چرا «من عرف نفسه فقد عرف ربه»؟ چه رابطه‌ای بین این دو وجود دارد؟

۵. تفسیر معرفت نفس: امام صادق ع:  
«عَرَفَانُ الْمَرْءِ نَفْسَهُ أَنْ يَعْرِفَهَا بِأَرْبَعِ طَبَائِعٍ وَ أَرْبَعِ دَعَائِمٍ وَ أَرْبَعَةِ أَرْكَانٍ وَ طَبَائِعُهُ [فَطَبَائِعُهُ] الدَّمُ وَ الْمِرَّةُ وَ الرِّيحُ وَ الْبَلْعَمُ وَ دَعَائِمُهُ الْعَقْلُ وَ مِنَ الْعَقْلِ [الْفِطْنَةُ وَ] الْفَهْمُ وَ الْحِفْظُ وَ الْعِلْمُ وَ أَرْكَانُهُ النُّورُ وَ النَّارُ وَ الرُّوحُ وَ الْمَاءُ» (سید محمد حسین طباطبائی، المیزان فی تفسیر القرآن، ج ۶، ص ۱۶۹ تا ۱۷۶؛ محمد باقر مجلسی، بحار الانوار، ج ۵۸، ص ۳۰۲).

۶. چرا خودشناسی در بیان اهل موعظه و اخلاق، مبهم و مجمل به نظر می‌رسد؟

۷. آیا برای رسیدن به معرفت‌النفس صرفاً داشتن اطلاعات، کافی است یا امور معنوی مانند ترک گناه و تفکر و عبادت هم لازم است؟

## آثار و نتایج

۱. احساس ارزشمندی در خود و نجات از پوچی و بیهودگی و روزمرگی؛

۲. ایجاد امید و انگیزه در خودسازی به واسطه روشن شدن ذهنیت مخاطب در موضوع مهم خودشناسی؛

۳. اشتغال بیشتر به کاستی‌های خود که طبق

روایت اولاً عامل خوشبختی است و ثانیاً مانع پرداختن به عیوب دیگران. مولا علی علیه السلام: «طوبی لمن شغلَه عیبُه عن عیوب الناس.»  
 ۴. درک این حقیقت که رسیدگی به خود، چیزی نیست که بدون برنامه‌ریزی بتوان به آن دست یافت.

۵. ایجاد بستر مناسب در جوانان برای مراجعه و تأمل در منابع اصیل دینی مانند قرآن، روایات و ادعیه مؤثره که گامی بلند و محکم در ارتقا و تثبیت دین‌داری و معنویت در آنان است.

### هشدارها و ملاحظه‌ها

۱. پرهیز از اصطلاحات تخصصی فلسفه و عرفان نظری و رویکرد بیشتر به ادبیات قرآن و اهل بیت علیهم السلام در این موضوع؛
۲. تلاش در جهت ارائه نگاه اخلاقی و عرفانی به جای نگاه خشک فلسفی. البته به هر حال معنویت باید متکی بر عقلانیت دینی ترویج شود؛ اما بیشتر کتب و مباحث موجود در مبحث معرفة النفس به این نقیصه دچار است که حال و هوای آدرس‌دهی دارد، نه دست‌گیری راهبری.
۳. مراقبت از غلتیدن در دام عرفان صوفیانه و عزلت‌گرایانه به جای عرفان حماسی و خودشناسی و خودسازی معطوف به تمام ابعاد بندگی.

## منابع مفید

۱. محمدباقر مجلسی، بحار الانوار، ج ۶۱، باب ۴۵: قوى النفس و مشاعره من الحوائش الظاهرة والباطنة.
۲. محمد محمدی ری شهری، میزان الحکمة، حرف میم، ابواب معرفة النفس.
۳. سیدروح الله خمینی، اربعین حدیث، حدیث اول.
۴. سیدروح الله خمینی، جهاد اکبر.
۵. اصغر طاهرزاده، ده نکته از معرفت نفس، لب المیزان.
۶. میرزا جواد ملکی تبریزی، رساله لقاء الله.
۷. سید محمد حسین طباطبائی، المیزان فی تفسیر القرآن، ج ۶، ص ۱۶۹ تا ۱۷۶.

## طرح سخنرانی ۵

موضوع: درک حضور خدا و آداب آن	مخاطب: عموم و به ویژه جوانان و نوجوانان
حوزه مبحث: اخلاقی و عرفانی و تربیتی	موقعیت: اعتکاف، مسجد، مشاهد مشرفه، مجالس توسل

## سیر منطقی سرفصل ها

از اساسی ترین ضعف های شیوه رایج تربیت

رسمی و تا حدود زیادی تربیت غیررسمی، اکتفا به شناخت‌های ذهنی و استدلالات عقلی در ارائهٔ مباحث دینی و بعضاً موعظه‌های احساسی است که شاید در زمان و مکان و عظم، موجب تنبه برای مخاطب بشود؛ ولی پس از مدتی، او را با انبوهی از ذهنیت‌های مزاحم و جاذبه‌های مخالف و شهوات فریبنده تنها می‌گذارد.

همهٔ ما با علم به ناپسند و مضر و مهلک بودن گناه، گناه می‌کنیم. به‌ویژه در خلوت، این معضل به اوج خود می‌رسد. برای حل این معضل فراگیر، اسلام چه تدبیری اندیشیده است؟ به نظر می‌رسد توجه بیشتر به ایمان در مقابل اسلام و تسلیم ذهنی، راهبردی است که بی‌برو برگرد جواب می‌دهد. ایمان آن باور عمیقی است که نه در ذهن بلکه در قلب به‌عنوان مرکز انقلاب‌ها و تحولات حقیقی آدم‌ها شکل می‌گیرد؛ یعنی همان طور که دردمند درد خود را با تمام وجود می‌یابد و حس می‌کند و حاضر می‌بیند، باید عقاید دینی به باور و وجدان تبدیل شود. از نشانه‌ها و آثار ایمان حقیقی، درک حضور دائمی خداوند متعال در هر حال و همه‌جا و همه‌زمان است.

۱. معمولاً در چه موقعیت‌هایی و در برابر چه کسانی از انجام رفتارهای غیرمتعارف، حتی اگر معصیت هم نباشد، حیا می‌کنیم؟ ناظر محترم در فرهنگ عمومی ما شامل چه موجوداتی می‌شود؟ آیا انسان با ادب حاضر می‌شود در مقابل خردسالی پنج‌شش‌ساله لباسش را عوض کند؟

۲. کدام عامل درونی مانع از هنجارشکنی ما در برابر انسان‌ها می‌شود؟: احساس خودارزشمندی، احترام به شخصیت خود و ذهنیت دیگران از ما، فهم آثار و عواقب هنجارشکنی علنی و... .

۳. چرا ما خردسال پنج‌شش‌ساله را حاضر می‌بینیم؛ ولی حضور خداوندی را که برای اثبات اصل و فرع و صفاتش ده‌ها استدلال و برهان از بر داریم، حاضر نمی‌بینیم؟: ﴿لَمْ يَعْلَمْ بِأَنَّ اللَّهَ يَرِي﴾ (علق، ۱۴). آیا معنای این، العیاذبالله، خواردانستن اوست؟: «لَا لِأَنَّكَ أَهْوَى النَّاطِرِينَ وَأَخْفَ الْمُظْلِعِينَ» یا به دلیل کرامت و رحم بی‌نهایت اوست؟: «بَلْ لِأَنَّكَ أَكْرَمَ الْأَكْرَمِينَ وَأَزْهَمَ الرَّاحِمِينَ...» (نک: شرح دعای ابوحمزه ثمالی به روایت آیت‌الله جوادی آملی: <https://article.tebyan.net>).

۴. چگونه می‌توان حضور دائمی خدا را درک کرد؟

۵. نقش خلوت، ذکر کثیر، سکوت حکیمانه، هم‌نشینی با دوستان خدا، ترک گناه جوارحی و جوانحی در تقویت ایمان و بالتبع در تقویت احساس حضور در محضر الهی چیست؟

۶. اثر توجه و توسل و یاد دائمی انسان کامل و امام‌زمان عَلَيْهِ السَّلَامُ وَرَحْمَةُ السَّرِيفِ در توجه قلبی عمیق و مستمر به خداوند چیست؟ قرآن از سویی تنها راه راهیابی به سوی خدا را اهتمام به پرداخت اجر رسالت می‌داند و نه هیچ راه دیگر! ﴿قُلْ مَا أَسْأَلُكُمْ عَلَيْهِ مِنْ أَجْرٍ إِلَّا مَنْ شَاءَ أَنْ يَتَّخِذَ إِلَىٰ رَبِّهِ سَبِيلًا﴾

(فرقان، ۵۷) و از سوی دیگر، تنها مزد رسالت را مودّت اهل بیت علیهم‌السلام می‌شمارد: ﴿قُلْ لَا أَسْأَلُكُمْ عَلَيْهِ أَجْرًا إِلَّا الْمَوَدَّةَ فِي الْقُرْبَىٰ﴾ (شوری، ۲۳). مصداق اتمّ و اکمل ذوی القربی در عصر ما حضرت مهدی عجل‌الله‌تعالی‌فرجه‌الشریف است.

۷. آداب گام‌به‌گام حضور در محضر خداوند متعال چیست؟

### آثار و نتایج

۱. اصلاح ریشه‌ای تمام گناهان و پرده‌داری‌ها در انسان؛
۲. ایجاد بستر مناسب برای درونی‌شدن عقاید عقلی و اخلاق نظری؛
۳. رفع و دفع بسیاری از شبهات اعتقادی؛
۴. تقویت حیا و عفاف و حجاب جامعه به‌پشتوانه احساس عمیق و دائمی حضور و نظارت خداوند متعال.

### هشدارها و ملاحظه‌ها

۱. هرچقدر در سنین پایین‌ترین‌ترین حقیقت متعالی و معرفت درجه یک تبیین و نهادینه شود، سلامت و صلاح فرد و جامعه در آینده بیشتر تضمین خواهد شد.
۲. بهتر است در تبیین این موضوع، بُعد ایجابی یعنی آثار مثبت درک محضر الهی و الگوهای مثبت و موفق این عرصه، بر بُعد سلبی غلبه داشته باشد؛ چراکه موضوع از جنس موضوعاتی است که بیشتر وجهه تبشیری دارند تا انذاری، مانند رحمت و توبه و ...



## منابع مفید

۱. محمدباقر مجلسی، بحار الانوار، ج ۷۱، باب ۸۱: الحیاء من الله و من الخلق.
۲. علی بن حسام الدین قادری الشاذلی الهندی (متقی هندی)، کنز العمال، ج ۳، باب الحیاء.
۳. ابن ابی الحدید، شرح نهج البلاغه لابن ابی الحدید، ج ۱۹، ص ۴۵، بحث فی الحیاء.
۴. محمد بن حسن حر عاملی، وسائل الشعیة، ج ۸، باب ۱۱۰، استحباب الحیاء.
۵. محمد محمدی ری شهری، میزان الحکمة، حرف ح، ابواب الحیاء.

## طرح سخنرانی ۶

موضوع: حقوق مسجد بر ما و آداب حضور در آن	مخاطب: عموم
حوزه مبحث:	موقعیت: مساجد، اعتکاف، اوقات نماز، ماه رمضان و محرم

## مقدمه

در روزگاری که خیلی از انسان ها نه کنج خلوتی برای خلوت با خود و خدا دارند و نه عرصه امن و مطمئن برای دوست یابی و ارتباطات اجتماعی و رفع ده ها نیاز اساسی دیگر انسانی، چقدر جفاست که ما مسلمانان از ساختاری مترقی، بی دغدغه،

نورانی، گسترده و پاکیزه به نام مسجد غافلیم! مسجد تنها مکانی است که نه به فرد خاصی اختصاص دارد و نه به حزب و جناح و گروه خاصی. با وقف، اصل مال از ملکیت واقف خارج و به نفع عموم برای خدا استفاده می‌شود. مساجد غالباً از خانه‌ها و آپارتمان‌های ما بزرگ‌تر، جذاب‌تر، زیباتر و با امکانات‌ترند. قداست ذاتی مسجد ما را از ورود افراد بد، افکار بد و رفتارهای زشت تا حدود زیادی امنیت می‌بخشد.

سؤال اینجاست که اولاً چرا تنها کسر کوچکی از افراد یک محل در مساجد حضور می‌یابند؟ ثانیاً از همان اقلیتی که حضور در مسجد در برنامه متداول ایشان تعریف شده است، چرا فقط عدّه معدودی از تمام ظرفیت این حضور بهره می‌برند؟ ثالثاً چرا در میان مسجدیان حرفه‌ای (!) اکثرشان آداب و مهارت کافی برای حضور در خانه خدا را نمی‌دانند؟

شاید هنوز به اندازه کافی عالمان و مبلغان دینی، به‌ویژه امامان جماعات، مردم را در این خصوص آموزش نداده و تربیت نکرده باشند. شاید هم برخی از مبلغان، خود نیز به ظرفیت‌های گسترده مسجد واقف نیستند یا به آداب آن متأدب نشده‌اند.

### سیر منطقی سرفصل‌ها

۱. در بین تمام مکان‌هایی که در اختیار داریم یا می‌توانیم با کمترین زحمت و هزینه از آن‌ها استفاده کنیم، مانند خانه، خوابگاه، کتابخانه،

باشگاه و بوستان‌ها، در کدام یک بیشتر احساس آرامش و راحتی می‌کنیم؟

۲. مهم‌ترین دلایل احساس آرامش در برخی مکان‌ها و نداشتن احساس آرامش در برخی دیگر چیست؟ آیا درک این مسئله که به هر حال این مکان منسوب به شخص یا طایفه و جمعیت خاصی است، مانع آرامش کاملمان می‌شود (احساس غریبه و رهگذر بودن)؟ یا اینکه آن مکان می‌تواند هم‌زمان به هر انسانی با هر وضعیت اخلاقی و اجتماعی شایسته و ناشایست، سرویس بدهد (خنثی بودن مکان)؟ یا به دلیل نبودن رویکردی تعالی‌بخش و برنامه‌ای هدفمند و متناسب با شأن انسانی در برخی مکان‌ها نمی‌توانیم خود را راضی کنیم (سکولاریزه بودن فضاهای اوقات فراغتی)؟ یا...

۳. هجرت به چه معناست؟ آیا صرفاً به معنای کوچ از یک دیار به دیاری دیگر است؟ یا فقط به معنای کوچ معنوی از دست نفس اماره به سرای عقل و فطرت؟ آیا جداسدن از مکان‌هایی کسالت‌آور، سکولاریزه، خنثی و غریبه و ارتباط با فضایی آرمانی، هدفمند، پاک از شوائب ضدارزش‌ها و آشنا نمی‌تواند نوعی هجرت شبانه‌روزی را رقم بزند؟

۴. در کدام فرهنگ ملی و دینی غیر از اسلام، ساختار و برنامه و فرهنگی به مانند مسجد وجود دارد که در شبانه‌روز آغوشش را برای پذیرایی از کسانی که از بیت نفس یا بیت گناهکاران خارج و به سوی خدا و رسول هجرت کرده‌اند، باز کرده

باشد؟ اصلاً چقدر دربارهٔ مسجد آگاهی داریم؟

۵. ماجرای رابطهٔ ما با مسجد تفاوتی ماهوی با بقیهٔ ساختارها و مکان‌ها دارد؛ زیرا در مقابل فرصتی که مسجد به ما می‌دهد برای حل مسائل، ارضای نیازهای اجتماعی و فرهنگی و معنوی، حقوقی هم بر عهدهٔ ما دارد؛ تا جایی که یکی از شاکیان مسلم انسان‌ها در قیامت کبرا مساجد خواهند بود. هرگز کسی به دلیل حضور نیافتن در بوستان یا سینما یا باشگاهی که در نزدیکی منزل یا محل کارش وجود داشته، مؤاخذه نخواهد شد؛ ولی کسی که به مسجد بی‌اعتنا یا کم‌اعتنا باشد، علاوه بر آسیب‌هایی که دامن خود و خانواده‌اش را در این دنیا می‌گیرد، در آخرت هم شاکی او مسجد خواهد بود. امام صادق علیه السلام: «شَكَتِ الْمَسَاجِدُ إِلَى اللَّهِ تَعَالَى الَّذِينَ لَا يَشْهَدُونَهَا مِنْ جِپْرَانِهَا فَأَوْحَى اللَّهُ إِلَيْهَا وَعِزَّتِي وَجَلَالِي لَا قَبْلَتْ لَهُمْ صَلَاةً وَاحِدَةً وَلَا أَظْهَرْتُ لَهُمْ فِي النَّاسِ عَدَالَةً وَلَا نَالَتْهُمْ رَحْمَتِي وَلَا جَاوَزُونِي فِي جَنَّتِي» (محمد بن حسن حر عاملی، وسائل الشیعة، ج ۵، ص ۱۹۶).

۶. آداب مسجد کدام است؟ اولویت بندی این آداب چیست؟ تفاوت سنین، اوضاع جسمانی، شئون علمی و اجتماعی چه تأثیری در نوع این آداب می‌گذارد؟

۷. مسئلهٔ ارزش بودن خدمت به مسجد در تمام ادیان الهی، تا جایی که مادران پارسا فرزند در رحم خود را نذر خدمت به عبادتگاه می‌کردند و جالب‌تر اینکه با وجود اینکه وقف در نذر و وقف در تعریف، نوعی حبس مال در راه خداست،

از این کار تعبیر به «تحریر» شده است، یعنی آزادی؛ چراکه خدمت به زائران خدا یعنی اهل مسجد، آزادی از اسارت خود و غیرخداست (نک: آل عمران، ۳۵ تا ۳۷).

## آثار و نتایج

۱. بهره‌برداری بهتر و بیشتر مردم از فرصت بی‌نظیر مسجد و به تبع افزایش امکان ارتقای فرهنگی؛
۲. کاهش آسیب‌های اجتماعی و اخلاقی؛
۳. اصلاح برخی ناهنجاری‌هایی که به مرور زمان در مساجد شکل گرفته و باعث دفع نسل جوان می‌شود.

**هشدار و ملاحظه:** مراقبت از دام برخی فرقه‌ها و احزاب منحرف در بازسازی مساجد ضرار.

## منابع مفید

۱. محمدبن حسن حر عاملی، وسائل الشیعة، ج ۳، ص ۴۴۷ تا ۵۵۷، احکام المساجد.
۲. محمد محمدی ری‌شهری، میزان الحکمة، حرف م، ابواب المسجد.
۳. علی بن حسام‌الدین قادری الشاذلی الهندی (متقی هندی)، کنز العمال، ج ۷، باب فضائل المسجد و ج ۸، باب فیما يتعلق بالمسجد.
۴. محمدباقر مجلسی، بحار الانوار، ج ۲۱، باب ۳۰ و ج ۸۴، باب ۹ و ج ۱۰، باب ۶ و ۷.

## طرح سخنرانی ۷

موضوع: خلوت آری؛ رهبانیت نه	مخاطب: جوانان
حوزهٔ مبحث: اعتقادی و تربیتی	موقعیت: اعتکاف

### مقدمه

گاهی مناسک مذهب ما با برخی سنن امت‌های دیگر شباهت‌هایی دارد که برای افرادی که تعمق کافی در آموزه‌های دین مبین اسلام ندارند، ایجاد شبهه می‌کند. یکی از این مناسک، ماجرای رهبانیت مسیحیان است که اگرچه در قرآن برای آن خواص، خوبی‌های جزئی ذکر شده (مائده، ۸۲)، به صورت کلی در اسلام مشروعیت این عمل نفی شده و از گرایش به آن نهی شده است: «لَا رَهْبَانِيَّةَ فِي الْإِسْلَامِ.» (محمد محسن فیض کاشانی، الوافی، ج ۷، ص ۴۹۹). ممکن است برای جوانان نکته‌سنج، این سؤال یا شبهه پیش بیاید که چه فرقی میان عبادت اعتکاف با رهبانیت و گوشه‌گیری از جامعه وجود دارد. این مطلب زمینه‌ای برای تبلیغ اعتکاف و تشویق افراد به حضور در اعتکاف است.

## سیر منطقی سرفصل‌ها

۱. آیا در اسلام رهبانیت نفی شده است؟ رهبانیت بی‌پاسخ نهادن نیمه‌خاکی و سرکوب کردن اوست و ممنوع است و بدعت (محسن عزیزی، اعتکاف؛ درنگی در سرای یار، ۱۳۸۹، ص ۲۵؛ نک: اعراف، ۳۲).
۲. چرا در اسلام، رهبانیت و ترک دنیا نهی شده است؟

۱۰۳

فصل  
رهبانیت

بخش چهارم: پیوست‌ها

۱. ۲. اسلام دین اعتدال است: ﴿وَكَذَلِكَ جَعَلْنَاكُمْ أُمَّةً وَسَطًا﴾ (بقره، ۱۴۳).
- دین یهود فقط به دنیا توجه دارد و از آخرت غافل است. دین مسیحیت فقط به معنا توجه دارد و از دنیا پرهیز دارد. ولی اسلام هر دو جنبه را به نحو احسن مدیریت می‌کند؛ البته با حفظ اصالت آخرت و مقدمه بودن دنیا.
۲. ۲. دنیا برای آخرت مزرعه است و جسم برای روح، مرکب.
۳. ۲. تمام فضیلت بشر بر سایر مخلوقات، کنترل نفس و جهاد با سرکشی غرایز و امیال آن است. رهبانیت حل مسئله جهاد با نفس نیست؛ بلکه پاک کردن صورت مسئله است. پیامبر صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ فرمود: «رهبانية امتي الجهادُ في سبيل الله.»
۴. ۲. تا جامعه اصلاح نشود، حفظ ایمان ممکن نیست. (نقش محیط در تربیت)
۳. نقش اصلی خلوت با خدا:
۱. ۳. اهمیت و ارزش خلوت با خدا

در سیره انبیا و اولیا: (نک: بقره، ۵۱، و اعراف، ۱۴۲ و محمدباقر مجلسی، بحار الانوار، ج ۱۴۱).

۲.۳. اعتکاف سکون منفعلا نه نیست؛ تجدید قواست. مثال: خودرویی که در پمپ بنزین توقف کرده و خاموش است، آیا خودش را از کار و تلاش کنار کشیده یا به عکس برای خدمتی جانانه، مشغول کسب انرژی مجدد است؟ تانکر آبی که برای ساعتی شیرهای خروجی اش مسدود و دریچه ورودی اش باز شده و در حال پر شدن است، آیا از سقاییت تشنگان بیزار و آزرده شده یا خود را برای یک دوره جدید سقاییت آماده می‌کند؟ ورزش کاری که مدتی از میادین عادی ورزشی کناره می‌گیرد و در اردوی شبانه‌روزی تیم ملی به تمرین می‌پردازد، عقب‌نشینی کرده است یا دورخیز؟ جوانی که برای شرکت در آزمون علمی بزرگی، برای مدتی معلوم و کوتاه فعالیت‌های غیردرسی اش را کم می‌کند و در کتابخانه به مطالعه می‌پردازد، آیا از جامعه دور شده یا برعکس برای حضوری پررنگ‌تر و مؤثرتر، به خودسازی علمی مشغول است؟...

۳.۳. برخی از شروط وجوبی اعتکاف، حاکی از تناسب‌نداشتن اعتکاف با رهبانیت است. مثلاً باید حتماً در مسجد جامع باشد که نماد حضور همه



اقتشار و مراودات فرهنگی و اجتماعی است.

### آثار و نتایج

۱. اهتمام جوانان به مراقبت از خلوت انس خود با خدا در عین پرهیز از عرفان‌های منحرف صوفیانه؛
۲. توانمندسازی جوانان برای مقابله و دفاع در مقابل موج شبهات دینی و اعتقادی؛
۳. واکسیناسیون جوانان در برابر تبلیغ روزافزون نحله‌های انحرافی از جمله مسیحیت و عرفان‌های نوظهور.

### هشدارها و ملاحظه‌ها

۱. باید مواظب باشیم طوری به مسئله پردازیم که مخاطب گمان نکند اسلام در بحث اصالت فرد یا جامعه، معتقد به اصالت جامعه است، در برابر فرد.
۲. باید بهوش باشیم که توصیه جوانان و نوجوانان به خلوت، بدون برنامه و حساب‌نشده نباشد؛ چون زمینه معاصی گوناگون و خطرناک خواهد شد.

### منابع مفید

۱. علی بن حسام‌الدین قادری الشاذلی الهندی (متقی هندی)، کنز العمال، ج ۷، ص ۸۶ و ج ۸، ص ۵۲۳، الاعتکاف.
۲. محمد بن حسن حر عاملی، وسائل الشیعة، ج ۷، ص ۳۹۷، کتاب الاعتکاف.

۳. محمد محمدی ری شهری، میزان الحکمة، حرف ع، ابواب اعتکاف.

## طرح سخنرانی ۸

موضوع: اعتکاف حقیقی، اعتکاف ظاهری	مخاطب: عموم و به ویژه بزرگ سالان
حوزهٔ مبحث: تربیتی و اخلاقی	موقعیت: اعتکاف

۱۰۶



اردو بهشت

### مقدمه

همهٔ خوبی‌ها در این دنیا آلوده به جنس قلبی می‌شوند. همان طور که در امور مادی، هر شیء ارزشمند و هر کالای مرغوبی را ممکن است سودجویان با اجناس تقلبی و مشابه‌های بی‌کیفیت مشتبه کنند، در امور معنوی هم این آفتِ رایج، رایج است؛ از اصل نیاز فطری و عقلانی انسان به معبود و خدا گرفته تا نوع و روش انجام دستورهای شریعت مقدس اسلام. اصلاً مفاهیمی چون شرک، نفاق، ریا، تفاخر و تکاثر برای همین حجم زیادی از کتاب آسمانی ما را به خود اختصاص داده است. اعتکاف هم به‌عنوان یکی از جلوه‌های زیبای اخلاص و تسلیم عبد در برابر ارادهٔ معبود، از این قاعده مستثنا و از دستبرد این آفات مبرا نیست.

## سیر منطقی سرفصل‌ها

۱. نقش نیت و خلوص در نیت در رسیدن به اعتکاف حقیقی:

۱.۱. صحت شرعی تمام عبادات، منوط به قصد قربت است؛ تا چه رسد به قبول و کمال آن.

۲.۱. نقش توجه و هشیاری در اثربخشی رفتارها تا جایی است که حتی امروز دانشمندان

اثبات کرده‌اند کسی که مسیری طولانی را هر روز پیاده طی می‌کند، بدون قصد و توجه به ورزش،

نسبت به کسی که همین مسیر را هر روز با توجه به نقش پیاده‌روی در سلامتی می‌پیماید، بهره

کمتری می‌برد! توجه به خوبی‌ها از لذت‌های قلب است که گاهی از اصل موضوع لذت مهم‌تر

است. گاهی توجه یک بیننده به هنرنمایی یک نقاش، از لذتی که خود آن نقاش در حال خلق اثر

می‌برده، بیشتر است: «رَبِّ حَامِلٍ فَفَقِهَ إِلَىٰ مَنْ هُوَ أَفْقَهُ مِنْهُ» (محمد بن یعقوب کلینی، الکافی، ج ۱،

ص ۴۰۳).

۲. دردمندی و بی‌دردی مرز بین استفاده و حیف‌ومیل نعمت‌هاست. اگر به بچه‌ای که سیر

است، غذایی لذیذ بدهیم، فقط آن را هدر می‌دهد؛ ولی اگر غذایی به مراتب ساده‌تر از آن را به

گرسنه‌ای که درد گرسنگی را تا مغز استخوانش چشیده است بدهیم، قدر ذره‌ذره آن را به خوبی

می‌داند. «ای خواجه درد نیست و گرنه طبیب هست» یا به قول حافظ:

طبیب عشق مسیحادم است و مشفق لیک

چو درد در تو نبیند، که را دوا بکند؟

۳. دردمندی حقیقی محصول خودآگاهی است، آگاهی از اینکه من چه می‌توانستم بشوم و اکنون کیستم؛ آگاهی از اینکه تا کجا می‌توانستم بروم ولی الان کجایم؛ آگاهی از اینکه با وجود در دسترس بودن بهترین مذهب و بهترین کتاب و بهترین الگوهای دینی، چقدر تهی‌دستم.

۴. محصول دردمندی درمان جویی است:

آب کمتر جوی تشنگی آور به دست

تا بجوشد آبت از بالا و پست  
از همین جاست که مجاهده واقعی و جدی  
آغاز می‌شود، همان مجاهده‌ای که خداوند وعده  
قطعی داده که راه را برای اهل آن باز کند: ﴿وَالَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ﴾ (عنکبوت، ۶۹).  
پس درمان خواهی مساوی با مجاهده در حد توان  
است؛ به علاوه امید به پیروزی قطعی.

۵. پس از گشوده شدن اولین روزنه‌ها، باید  
مراقب بود که آفت عزم، سستی و تنبلی است و  
آفت اهداف بلند، تبدیل ارزش‌ها. ﴿مِنَ الْمُؤْمِنِينَ  
رِجَالٌ صَدَقُوا مَا عَاهَدُوا اللَّهَ عَلَيْهِ فَمِنْهُمْ مَن قَضَىٰ  
نَحْبَهُ وَ مِنْهُمْ مَن يَنْتَظِرُ وَ مَا بَدَّلُوا تَبْدِيلًا﴾ (احزاب،  
۲۳).

۶. در تمام مسیر باید نکته اول یعنی خلوص  
نیت را متذکر شد و از تأخیر در فتح باب‌ها، نگرانی  
به دل راه نداد که این، یکی از امتحانات الهی در  
وادی اخلاص است. به قول خواجه شیراز:  
تو بندگی چو گدایان به شرط مزد مکن  
که خواجه خود روش بنده پروری داند

**اثر و نتیجه:** کیفیت پیدا کردن عبادت‌ها و مناجات‌ها.

**هشدارها و ملاحظه‌ها:** وسواس در نیت، آفت اخلاص است. در روایات است همان طور که باید مواظب باشیم اجر و اثر عمل خیر را با ریا ضایع نکنیم، در مقابل باید مراقب باشیم که از ترس ریا، عمل خیر را ترک نکنیم. شاید همین ظرافت و دقت است که از آن به صراط باریک‌تر از مو و تیزتر از شمشیر تعبیر می‌شود.

### منابع مفید

۱. قرآن کریم: بقره، ۱۱۲، ۱۳۹، ۱۹۵، ۲۰۷، ۲۳۸ و ۲۶۵؛ آل عمران، ۲۰؛ انعام، ۷۹، ۵۲ و ۱۳۶؛ یوسف، ۲۴؛ کهف، ۲۸ و ۱۱۰؛ حج، ۳۱؛ روم، ۳۸؛ لقمان، ۲۲؛ صافات، ۴۰؛ زمر، ۲، ۳، ۱۱، ۱۴ و ۲۹؛ غافر، ۱۴؛ جن، ۱۸؛ انسان، ۹؛ لیل، ۲۰؛ بینه، ۵.
۲. محمدباقر مجلسی، بحار الانوار، ج ۷، باب ۵۴: الاخلاص و معنی قربه تعالی.
۳. محمدبن حسن حر عاملی، وسائل الشیعة، ج ۱، باب ۸: وجوب الاخلاص.
۴. علی بن حسام‌الدین قادری الشاذلی الهمدی (متقی هندی)، کنز العمال، ج ۳، ص ۲۳ تا ۲۷ و ص ۶۴۷: الاخلاص.
۵. محمد محمدی ری شهری، میزان الحکمة، حرف خ، ابواب اخلاص.

## طرح سخنرانی ۹

موضوع: انتخاب‌های بزرگ؛ انسان‌های بزرگ	مخاطب: جوانان و نوجوانان
حوزهٔ مبحث: اخلاقی و تربیتی	موقعیت: اعتکاف، ماه مبارک، یادوارهٔ شهدا

۱۱۰



اردو بهشت

### مقدمه

معیار بزرگی یا حقارت انسان‌ها و جوامع، در هر نظام فکری، متناسب با جهان‌شناسی و ارزش‌ها و باورهای آن مکتب تعریف می‌شود. در مکاتبی که همهٔ هستی را در ماده و مادیات خلاصه می‌کنند، انسان و جامعه به‌میزانی که از مادیات بهرهٔ بیشتری بگیرند، بزرگ و به‌میزانی که از غلتیدن در ماده و لذات مادی عاجز باشند، حقیر و ذلیل شمرده می‌شوند. اما از نظرگاه اسلام، انسانیت درست از همان جایی آغاز می‌شود که حیوانیت محض تمام می‌شود. بر سر دوراهی انتخاب خاکی بودن یا افلاکی شدن، انسان از انسان‌نما و به‌قول شهید چمران، مرد از نامرد شناخته می‌شود؛ بنابراین انسان طالب سعادت و تعالی، به مسئلهٔ انتخاب در زندگی اهمیت می‌دهد.

### سیر منطقی سرفصل‌ها

۱. آیا در سرنوشت خود، انتخاب‌گیریم یا مجبور؟

اساساً امتیاز آدمی بر ملک و حیوان این است که اولی صرفاً تابع غرایز است و از داشتن عقل و اختیار محروم و دومی صرفاً عقل و مجرد است و فاقد غریزه و کشش‌های مادی. این فقط انسان است که از هر دو کشش و انگیزه برخوردار است و می‌تواند با اراده خود انتخاب کند که خاکی باشد و چشم بر آسمان ببندد یا افلاکی محض باشد و به خاک و مافیها پشت پا بزند یا راهی سوم و میانه برگزیند که او را از خاک و در خاک، به افلاک برساند.

نه ترک کلی خاک پسندیده است (اعراف، ۳۲)؛  
 نه اخلاذ فی الارض و چشم‌پوشی از افلاک را اسلام امضا می‌کند (فرقان، ۴۴)؛ بلکه رام کردن مرکب چموش خاک به دست روح افلاکی، مطلوب و تنها راه سعادت است که صد البته جهادی نفس‌گیر است به مراتب سخت‌تر از جهاد با کافران و مشرکان؛ لذا به آن جهاد اکبر گفته‌اند (نازعات، ۴۰؛ قصص، ۷۷).

۲. چرا در اکثر اوقات، اکثر افراد در دوراهی انتخاب، راه تن و خاک و شهوات را برمی‌گزینند؟  
 اصلاً چرا همواره روندگان راه عقل و فطرت، در اقلیت بوده‌اند؟ اولاً قلت اهل حقیقت نباید ما را به وحشت و شبهه بیندازد (نهج البلاغه، خطبه ۲۰۱): «لَا تَسْتَوْحِشُوا فِي طَرِيقِ الْهُدَى لِقَلَّةِ أَهْلِهِ». ثانیاً جاذبه‌های شهوات و مادیات، حسی و فوری و نقد و سهل الوصول‌اند؛ ولی جوایز معنوی غالباً غیرحسی، غیرفوری، نسیه و دشواریاب‌اند. در عوض، تمتعات مادی سریع‌الزوال، تک‌بعدی

و محدود به بعد مادی و دنیوی، فاقد قدرت آرامش بخشی حقیقی اند؛ ولی لذا یذ معنوی بادوام، دیرپا و دارای معجزه آرام بخشی حقیقی اند.

۳. قبل از آنکه بخواهیم جنس انتخاب های بیرونی را تعیین کنیم، باید به یک سؤال پاسخ بدهیم: می خواهیم برای خودمان و به طور حقیقی ارزشمند باشیم یا نه؟ اگر آری، چقدر حاضریم برای ارزشمند شدن خود هزینه کنیم و از لذت های پست دست بکشیم؟

اگر لذت ترک لذت بدانی

دگر لذت نفس لذت نخوانی

در روایت است که: «مَنْ رَقِيَ دَرَجَاتِ الْهَمَمِ عَظَّمَتْهُ الْأَمَمُ» (عبدالواحد بن محمد تمیمی آمدی، غرر الحکم و درر الکلم، ص ۶۲۱) و «مَنْ كَرَمَتْ عَلَيْهِ نَفْسُهُ لَمْ يَهْنُهَا بِالْمَعْصِيَةِ» (عبدالواحد بن محمد تمیمی آمدی، غرر الحکم و درر الکلم، ص ۶۳۴) و در مقابل: «مَنْ هَانَتْ عَلَيْهِ نَفْسُهُ فَلَا تَأْمَنُ شَرَّهُ» (محمد محسن فیض کاشانی، الوافی، ج ۲۶، ص ۲۸۵) خلاصه اگر خودمان برای خودمان ارزشمندیم، باید همت عالی به خرج دهیم و با چشم پوشی از اندک لذت های ناصواب، پله های ترقی حقیقی در سپهر انسانیت را بیماییم. هرچقدر از نردبان ترقی انسانی بالاتر برویم، نه تنها برای خود بلکه برای همه امت ها و تاریخ، با عظمت و لایق تعظیم خواهیم شد.

اولیای خدا، عارفان الهی، علمای ربانی و شهدای عزیز مصادیق این فرمول روشن و قطعی



هستند. چه کسی فکر می‌کرد روزگاری برسد که نوجوانان بی‌نام‌ونشانی همچون حسین فهمیده به جایی برسد که پیر مرادش با اخلاص و صداقت بگوید: «رهبر ما آن طفل سیزده‌ساله است که نارنجک به کمر می‌بندد و زیر تانک می‌رود...»

## آثار و نتایج

۱. ایجاد انگیزه ترک شهوات و کنترل بیشتر

غرایز؛

۲. تقویت روحی نوجوانان متدین برای مقاومت

در مقابل موانع محیطی از قبیل انگ‌ها و استهزاها.

**هشدار و ملاحظه:** مراقبت از اینکه در خلال

این بحث، منافات کلی بین دنیا و لذا اید مشروع

آن با معنویت و آخرت‌گرایی القا نشود.

## منابع مفید

۱. کتب مربوط به شرح احوال کسانی که

در دوراهی‌های حساس زندگی، انتخابی

سرنوشت‌ساز انجام داده‌اند و یک‌شبهه ره صدساله

را طی کردند.

۲. کتاب‌های خاطرات و سیره شهدا و آزادگان،

چه شهدای جنگ و چه شهیدان جهاد علمی.

## طرح سخنرانی ۱۰

موضوع: سکوت؛ نشانه عجز یا راه کسب حکمت؟	مخاطب: عموم و به ویژه جوانان و اهل علم
حوزه مبحث: اخلاقی و تربیتی	موقعیت: اعتکاف، زیارت، اردوهای تفریحی و تربیتی

۱۱۴



اردو بهشت

### مقدمه

شاید در بین رفتارهای اخلاقی، هیچ خصلتی، از سکوت به روزه شبیه تر نیست؛ تا جایی که در بعضی فرهنگ‌ها، روزه سکوت متداول بوده است که البته از نظر اسلام ممنوع است. شاید یک وجه این شباهت مربوط باشد به آثار شگفت‌انگیزی که در روزه به عنوان یک عمل و عبادت و در صمت به عنوان یک اخلاق و خوی شریف وجود دارد. اما مسئله صمت همچون برخی دیگر از آموزه‌های دینی، سهل ممتنع است؛ لذا توجه به حقیقت آن و سپس به ظرایف و آثار آن به فرصتی مناسب همچون اعتکاف نیاز دارد.

### سیر منطقی سرفصل‌ها

۱. وقتی خدا نعمتی مانند زبان داده است، چرا باید آن را محدود و حتی مدتی تعطیل کنیم؟
۲. آیا صمت و سکوت هم معنا هستند؟ تفاوت آن‌ها در چیست؟ آیا هر دو فضیلت‌اند؟

۳. چه آثاری بر صمت مترتب می‌شود؟ طرد شیطان، یاری‌رسانی به دین، کسب حکمت، کسب محبت خوبان، راهنمایی به هر خوبی، کسب وقار و پیشگیری از عذرخواهی ناشی از اقدام جاهلانه، سلامتی معنوی، زمینه‌سازی برای تفکر، نورانیت قلب.

۴. چه رابطه‌ای میان صمت و تفکر و حکمت نهفته است؟ «دَلِيلُ الْعَاقِلِ التَّفَكُّرُ وَ دَلِيلُ التَّفَكِّرِ الصَّنَمْتُ» (محمدباقر مجلسی، بحار الانوار، ج ۱، ص ۱۳۶).

۵. آیا صمت در هر موقعیتی فضیلت است؟ به قول سعدی: «دو چیز طیره عقل است: دم فرو بستن به وقت گفتن و گفتن به وقت خاموشی.»

۶. راه‌های کنترل زبان و رسیدن به مقام صمت حکمت‌زا چیست؟

## آثار و نتایج

۱. تشویق و ایجاد بستر مناسب تفکر به عنوان برترین عبادات؛
۲. رهنمون شدن جوانان به تأمل در خود و رسیدن به جمعیت خاطر.

**هشدار و ملاحظه:** در امثال این مباحث، باید از بیان روش‌ها و معرفی الگوهایی غیر از اهل بیت علیهم‌السلام و علمای ربانی که رفتارهایشان مبتنی بر حجت شرعی بوده است، اجتناب کنیم.

## منابع مفید

۱. علی بن حسام الدین قادری الشاذلی الہندی (متقی ہندی)، کنز العمال، ج ۳، ص ۷۶۸: الصمت.
۲. محمد بن حسن حر عاملی، وسائل الشیعة، ج ۸، باب ۱۱۷: استحباب الصمت.
۳. محمد محمدی ری شہری، میزان الحکمة، حرف ص، ابواب الصمت و حرف ح، ابواب الحکمة.
۴. محمد باقر مجلسی، بحار الانوار، ج ۱، باب ۶: تفسیر الحکمة.

## طرح سخنرانی ۱۱

موضوع: دشمن شناسی؛ آشنایی با ترفندهای ابلیس	مخاطب: عموم و به ویژه جوانان و نوجوانان
حوزه مبحث: اعتقادی و اخلاقی و تربیتی	موقعیت: اعتکاف، ماہ مبارک رمضان و سایر مناسبت ہا

## مقدمہ

امام صادق علیہ السلام: «وَجَدْتُ عِلْمَ النَّاسِ فِي أَرْبَعٍ  
أَوَّلُهَا أَنْ تَعْرِفَ رَبَّكَ (خدا شناسی، مقصد شناسی) وَ  
الثَّانِيَةُ أَنْ تَعْرِفَ مَا صَنَعَ بِكَ (خود شناسی) وَ الثَّلَاثَةُ  
أَنْ تَعْرِفَ مَا أَرَادَ مِنْكَ (وظیفہ شناسی) وَ الرَّابِعَةُ

أَنْ تَعْرِفَ مَا يُخْرِجُكَ مِنْ دِينِكَ (آفت‌شناسی، دشمن‌شناسی)» (محمدباقر مجلسی، بحار الانوار، ج ۷۲، ص ۳۰).

مثال: کشاورزی خبیر و خبره، نه تنها هدف و غایت کار (مقصد) را به خوبی می‌شناسد که در پایان می‌خواهد چه محصولی را و به چه میزان و با چه کیفیتی برداشت کند، نه تنها می‌داند برای رسیدن به مقصود خود چه کارهایی باید انجام دهد، از تهیه بذر مناسب، شخم‌زدن و آماده‌سازی صحیح و بموقع زمین گرفته تا کاشت صحیح و داشت هشیارانه (وظیفه‌شناسی)، بلکه بالاتر از این، متوجه آفت‌های گوناگونی هست که ممکن است زحمات طاقت‌فرسای او را بی‌سروصدا به باد بدهد؛ لذا برای پیشگیری یا دفع هر آفتی، سم مخصوصی با دُز مناسب و در زمان‌های خاص به کار می‌برد یا از ابزار و اسباب دیگری مربوط به این موضوع استفاده می‌کند.

بنابراین صرف آگاهی از هدف زندگی، یعنی بندگی و عبودیت، و صرف آگاهی از توانایی‌ها و استعداد‌های خود و صرف آشنایی با وظایف دینی و اخلاقی، برای رسیدن به سعادت کافی نیست؛ بلکه در کنار همه این‌ها باید درباره دشمنان خوشبختی و شگردهای متنوع دشمنی آن‌ها هم آگاهی کافی و مهارت لازم را به دست آوریم.

### سیر منطقی سرفصل‌ها

۱. اقسام دشمنان انسان:

۱.۱. دشمن معمولی: کافران و مشرکان و

منافقان و فاسقان؛

۲.۱. دشمن بزرگ: شیطان ملعون رجیم؛

۳.۱. دشمن بزرگ‌تر: نفس اماره.

۲. رابطه سه گروه دشمنان با هم:

۲.۱. دشمنان معمولی، جنود آشکار ابلیس در خارج از مملکت وجود ما هستند که عقاید و رفتارها و شیطنت‌هایشان، با اندکی بصیرت، تشخیص داده می‌شود و با مراتبی از تقوا، دفع خواهد شد.

۲.۲. نفس اماره: به عنوان دفتر نمایندگی ابلیس در خانه نفس ما عمل می‌کند. ستون پنجم بسیار پنهان و حيله‌گری است که حتی گاهی در لباس عقل و روشن‌فکری، کلاه بر سر ما می‌گذارد.

۲.۳. ابلیس: به عنوان طراح و فرمانده شیاطین جن و انس و عامل وسوسه و تسویل و تحریک نفس اماره است که در نهایت، هدفش به طغیان و اداشتن نفس اماره در مقابل عقل و شرع و برهم‌ریختن حکومت الهی در افراد و جوامع است.

۳. ضرورت شیطان‌شناسی: قال رسول الله ﷺ: «سَتَكُونُ فِتْنٌ يُصِیحُ الرَّجُلُ فِیْهَا مُؤْمِنًا وَ یُمَسِیْ كَافِرًا إِلَّا مَنْ أَحْیَاهُ اللهُ تَعَالَى بِالْعِلْمِ» (محمد محمدی ری‌شهری، میزان الحکمه، ج ۵، ص ۵۴۴). پس تنها راه مصونیت از فتنه‌های شیطانی آخرالزمان، علم و آگاهی است به ترفندهای ابلیس و جنودش و مجهز شدن به سلاح مناسب تقابل با آنها.

۴. راهبردها و ترفندهای ابلیس: ازلال (بقره، ۳۶) و استزلال (آل‌عمران، ۱۵۵)، خطوات

(بقره، ۱۶۸ و ۲۰۸؛ انعام، ۱۴۲؛ نور، ۲۱)، و عدّه دروغین فقر (بقره، ۲۶۸)، امر به فحشا و منکر (بقره، ۲۶۸؛ نور، ۲۱)، تخبّط (بقره، ۲۷۵)، تخویف دوستان خود (آل عمران، ۱۷۵)، اضلال (نساء، ۱۰)، قرین شدن (نساء، ۳۸؛ زخرف، ۳۶)، ولایت (نساء، ۱۱۹؛ مریم، ۴۴۵)، وعده و تمنیّه (آرزوسازی) کاذب (نساء، ۱۲۰؛ اسراء، ۶۴؛ ابراهیم، ۲۲)، خمر و میسر و انصاب و ازلام (مائده، ۹۰)، ایقاع عداوت بین مردم (مائده، ۹۱؛ قصص، ۱۵)، تزیین (انعام، ۴۳؛ انفال، ۴۸؛ نحل، ۶۳؛ نمل، ۲۴؛ عنکبوت، ۳۸؛ حجر، ۳۹؛ بقره، ۲۱۲؛ انعام، ۱۲۲؛ توبه، ۳۷؛ یونس، ۱۲؛ رعد، ۳۳؛ فاطر، ۸ و ۳۷؛ محمد، ۱۴؛ فتح، ۱۲)، انساء (به فراموشی کشاندن) (انعام، ۶۸؛ یوسف، ۴۲؛ کهف، ۶۳؛ مجادله، ۱۹)، وسوسه (اعراف، ۲۰؛ طه، ۱۲۰)، دشمنی آشکار (اعراف، ۲۲؛ یوسف، ۵؛ اسراء، ۵۳؛ فاطر، ۶)، افتنان (اعراف، ۲۷)، نزع (اعراف، ۲۰؛ یوسف، ۱۰؛ اسراء، ۵۳؛ فصلت، ۳۶)، مسّ (اعراف، ۲۰۱؛ ص، ۴۱)، رجز (انفال، ۱۱)، رجس (مائده، ۹۰)، اتباع (حج، ۳؛ بقره، ۱۶۸ و ۲۰۸؛ انعام، ۱۴۲؛ نور، ۲۱؛ بقره، ۱۰۲)، القا (حج، ۵۲ و ۵۳؛ کافی، ج ۲، ص ۳۲۷)، خذلان (فرقان، ۲۹)، صدّ عن السبیل (عنکبوت، ۳۸؛ زخرف، ۶۲؛ رعد، ۳۳)، تسویل (محمد، ۲۵)، نجوا (مجادله، ۱۰)، استحواذ (مجادله، ۱۹)، تلاوت (بقره، ۱۰۲)، استهواء (انعام، ۷۱)، وحی بر اولیای خود (انعام، ۱۲۱)، اَز کافرین (مریم، ۸۳)، همزات (مؤمنون، ۹۷)، تنزل (شعراء، ۲۱۰ و ۲۲۱)، املاء (محمد،

۲۵)، خدعه (صحیفه سجادیه، دعای ۳۷)،  
تصویر (صحیفه سجادیه، دعای ۳۷).

صفات خود شیطان نسبت به خدا: کفور  
(اسراء، ۲۷)، عصی (مریم، ۴۴) مرید و مراد (حج،  
۳؛ صافات، ۷؛ نساء، ۱۱۷).

۵. ذیل هریک از راهبردهای مذکور، یک یا چند  
راهکار تعریف شده است که باید درباره آن‌ها هم  
اطلاع کافی پیدا کنیم. مثلاً در راهبرد تزیین حبّ  
شهوآت، سه نوع راهکار تعریف شده است: تزیین  
حب نساء، تزیین حبّ فرزندان، تزیین حبّ مال و  
دارایی (آل عمران، ۱۴).

۶. راه‌های مصونیت از کید شیطان:

۱.۶. آگاهی از روش‌های شیطان و روش‌های  
رحمان و تفاوت آن دو؛ مثلاً در هنگام فراهم شدن  
زمینه ارتکاب یک گناه، دو ندای متضاد هم‌زمان  
درون ما شنیده می‌شود. یکی می‌گوید: «حالا  
این که گناه بزرگی نیست! ضمناً با یک بار و  
دو بار که چیزی پیش نمی‌آید؛ علاوه بر اینکه  
خدا آن قدر مهربان هست که زود از تو می‌گذرد  
و تو توبه می‌کنی و...». منادی دیگر می‌گوید:  
«وای بر تو! اگر این گناه را مرتکب شوی، شاید  
برای همیشه از چشم خدا بیفتی. چگونه جرئت  
می‌کنی در محضر خدا دست به این کار زشت  
بزنی و...». ندای اول ندای شیطانی است که  
جسارت ارتکاب به گناه را در انسان تقویت و قبح  
معصیت را در نظر می‌شکند یا کوچک می‌کند.  
ندای دوم ندای رحمان است که تا جای ممکن  
ما را از تن دادن به مذلت معصیت بر حذر می‌دارد.



پس از ارتکاب گناه هم باز دو ندا در درون شنیده می‌شود. یکی می‌گوید: «دیگر با این افتضاحی که به بار آورده‌ای، تمام پل‌های پشت‌سرت را خراب کرده‌ای. دیگر فایده‌ای در توبه هم نیست؛ زیرا تو دائماً گناه می‌کنی و توبه می‌کنی. این نوعی استهزاست...» اما ندای دوم می‌گوید: «بدکاری کردی؛ ولی اگر واقعاً پشیمان باشی، آغوش رحمت و آمرزش خداوند به روی گنهکاران باز است و ﴿إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعًا﴾ (زمر، ۵۳). ناامیدی، از این گناهی که کردی، بدتر است. پس برگرد و امیدوار باش و دوباره شروع به اصلاح کن.» روشن است که تلقین یأس، کار شیطان و تزریق امید، لطف رحمان است.

۲.۶. اعتصام به خدا با نیت صادقانه؛

۳.۶. توکل بر خدا در تمام امور؛

۴.۶. ذکر کثیر در شب و روز؛

۵.۶. انصاف با مؤمنان؛

۶.۶. جزع نکردن در مصیبت‌ها؛

۷.۶. رضایت به قسمت و رزق الهی؛

۸.۶. خوف صادقانه از غضب الهی؛

۹.۶. کثرت دعا؛

۱۰.۶. روزه؛

۱۱.۶. صدقه؛

۱۲.۶. حبّ فی الله؛

۱۳.۶. یاری کردن بر عمل صالح؛

۱۴.۶. استغفار؛

۱۵.۶. ترک حسد و حرص؛

۱۶.۶. مراقبت در حال غضب، در حال قضاوت

و در حال خلوت با زن اجنبی.

**آثار و نتایج:** بصیرت و قوت در برابر گناه و ترفندهای ابلیس.

### هشدارها و ملاحظه‌ها

۱. مواظب باشیم که شیطان را مثل برخی فیلم‌ها و سریال‌های تلویزیون، ابرقدرت و شناختنی و شکست‌ناپذیر معرفی نکنیم: ﴿إِنَّ عِبَادِي لَيْسَ لَكَ عَلَيْهِمْ سُلْطَانٌ إِلَّا مَنِ اتَّبَعَكَ مِنَ الْغَاوِينَ﴾ (حجر، ۴۲).

۲. تا جایی که امکان دارد، در تبیین موضوعات، به مثال‌های امروزی و مبتلابه نسل جدید بپردازیم و در حل مشکل جوانان در مبارزه با این معضلات، راهکارهای روشن و معتبر ارائه کنیم، نه نسخه‌های مبهم و کلی.

### منابع مفید

۱. المعجم المفهرس لالفاظ القرآن الکریم، واژه‌های شیطان، ابلیس، زین، وسوس و... .
۲. محمدباقر مجلسی، بحار الانوار، ج ۶۳، باب ۳: ابلیس و قصه.
۳. علی بن حسام‌الدین قادری الشاذلی الهندی (متقی هندی)، کنز العمال، ج ۱، ص ۲۴۴ تا ۳۹۸، فی الشیطان و وسوسته.
۴. محمد محمدی ری شهری، میزان الحکمة، حرف ش، ابواب الشیطان.
۵. صحیفه سجادیه.

## طرح سخنرانی ۱۲

موضوع: توبه؛ بازگشت به فطرت	مخاطب: عموم به ویژه جوانان
حوزهٔ مبحث: اخلاقی و تربیتی	موقعیت: اعتکاف، مجالس و عظ و توسل، شب قدر، زیارت

۱۲۳



بخش چهارم: پیوست‌ها

### مقدمه

لوازم عصمت از گناه و عصیان برای همگان فراهم است؛ اما عوامل غفلت و نسیان هم در عالم فراگیر است. هر انسانی ممکن الخطاست؛ به قول پیامبر مهربان اسلام: «كُلُّ بَنِي آدَمَ خَطَّاءٌ وَ خَيْرُ الْخَطَّائِينَ التَّوَّابُونَ» (محمد محمدی ری شهری، میزان الحکمة، ج ۱، حرف تاء، ابواب التوبة). بنابراین باید از باب لطف، راهی برای جبران و اصلاح وجود داشته باشد و آن راه، توبه است. در واقع اگر باب توبه باز نبود، هر بنده‌ای با وجود میل به طاعت الهی، با اولین معصیت به ورطهٔ یأس از رحمت خدا سقوط می‌کرد و دیگر کسی انگیزه برای پرهیز از سایر گناهان نمی‌یافت. به قول معروف، آب که از سر گذشت، چه یک وجب، چه صد وجب!

بلندشدن پس از زمین خوردن، توفیقی است مختص انسان؛ زیرا بلندشدن را حیوانات ندارند و زمین خوردن را فرشتگان! لذا باید نگاه ما به مقام

و امتیاز توبه، منطبق با آموزه‌های قرآن و عترت باشد، نه تلقی‌های عوامانه. در آموزه‌های قرآن و عترت، توبه فی‌نفسه مقامی است از مقامات قرب الی‌الله تعالی. توبه صرفاً نقش یک پاک‌کن برای غلط‌های دیکته و انشای بندگی را ایفا نمی‌کند؛ بلکه مهم‌تر از آن، خودش نقشی است زیبا و پسندیده که زمینه‌ی نزدیکی عبد به پروردگار را فراهم می‌سازد؛ لذا فرمود: ﴿إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ﴾ (بقره، ۲۲۲) و در حدیث از پیامبر اعظم صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ آمده است که: «لَيْسَ شَيْءٌ أَحَبَّ إِلَى اللَّهِ مِنْ مُؤْمِنٍ تَائِبٍ أَوْ مُؤْمِنَةٍ تَائِبَةٍ» (محمدباقر مجلسی، بحار الانوار، ج ۶، ص ۲۱).

### سیر منطقی سرفصل‌ها

۱. چرا در روایات، ترک گناه آسان‌تر از توبه دانسته شده؛ در حالی که به نظر می‌رسد توبه امر آسانی باشد؛ همان‌طور که در حدیث است: «انما التوبة الندم»؟

۱.۱. اصل بقای عمر برای توفیق توبه احتمالی است، نه قطعی!

۱.۲. بر فرض حیات، آیا توفیق توبه حاصل می‌شود یا نه؟ ابلیس و جنودش برای تسویف و به تأخیر انداختن توبه‌ی بندگان تا لحظه‌ی احتضار، توطئه‌هایی طرح‌ریزی کرده‌اند.

۱.۳. بر فرض که توبه و عذرخواهی از خداوند ممکن است، نوع گناه یا حدی که گنهکار از آن تعدی کرده، ممکن است به جایی برسد که دیگر توبه‌ی او مقبول درگاه الهی واقع نشود.

۴.۱. بر فرض پذیرش توبه، آثار وضعی و تکلیفی آن همچنان باقی است: آثار وضعی در روح و جسم و ذهن گنهکار می ماند و آثار تکلیفی یعنی حقوق الله و حقوق الناسی که در دوران معصیت، ضایع کرده و باید همه را جبران کند.

۵.۱. از همه بدتر، طعم شیرین گناه و اثر محرّکی که تجربه و خاطرۀ گناه در فرد دارد، ممکن است هر آن او را به گناه بکشاند. ارتکاب گناه تجربه شده، برای انسان راحت تر و مقاومت در برابر آن دشوارتر از گناهی است که تا حالا به آن دست نزده است.

۲. در عین حال ما موظفیم گناهکاران را امید به توبه و قبول الهی بدهیم و درباره برخی روایات و سخنانی که در بدو امر، دشواری توبه را به ذهن می آورند، توجیه صحیح و رافع نگرانی کنیم؛ مثلاً این روایت که حضرت امیر وارد مسجد شدند و دیدند فردی تندتند می گوید: «استغفر الله.» حضرت با تشریح به او فرمودند: «تَكَلَّتْكَ أُمَّكَ أَ تَدْرِي مَا الْإِسْتِغْفَارُ؟!» (نهج البلاغه، حکمت ۴۱۷) و بعد هم شش شرط و مقدمه برای استغفار بیان کردند که برخی از آنها تا آستانه حرج و مشقت فوق طاقت می رود؛ مانند اینکه فرمودند: اول باید با چشاندن تلخی عبادت، شیرینی گناه را از کام جانت بیرون بریزی یا بالاتر از آن، این شرط که مدتی را در ریاضت عبادات چنان به سر ببری که تمام گوشت‌هایی که در دوران گناه در بدنت روییده، آب شود و پوستت به استخوان بچسبید. آنگاه مجدداً گوشت در حال طاعت و پاکی بر آن بروید!

آشکار است برای یک جوان یا هر گنهکاری که اراده توبه دارد، نظیر این فرمایش‌ها ممکن است منجر به پشیمانی از پشیمانی شود! اما حضرت امام خمینی رحمته الله در کتاب بی نظیر اربعین حدیث در حدیث ۱۲ درباره همین روایت می فرمایند: «دو شرط اول، یعنی ندامت واقعی و تصمیم جدی بر عدم بازگشت به گناه، شرط صحت‌اند. دو شرط بعدی، یعنی ادای حق الله و حق الناسی که تضييع کرده‌ای، شرط قبول توبه‌اند و دو شرط آخر، یعنی بیرون راندن شیرینی گناه از ذائقه روح و آب کردن گوشت بدن، شرط کمال‌اند» (سیدروح‌الله خمینی، اربعین حدیث، حدیث ۱۲).

۳. برای تشویق و انگیزه دادن به مردم برای توبه و استغفار، از چند راه می توان استفاده کرد:  
 ۳.۱. بیان داستان‌ها و حکایاتی از جلوه‌های عفو و رحمت و پرده پوشی خداوند؛ مانند ماجرای توبه نوح؛

۳.۲. بیان آیات و روایاتی که حتی به بدترین گنهکاران هم وعده حتمی قبول توبه می دهد و حتی وعده می دهد که با توبه و اصلاح، ﴿يُبَدِّلُ اللهُ سَيِّئَاتِهِمْ حَسَنَاتٍ﴾ (فرقان، ۷۰)؛

۳.۳. ارائه راه‌های میان بر برای به جوش آوردن دیگر رحمت حق؛ مانند توسل به اهل بیت علیهم السلام و عزاداری برای ایشان.

۴. استفاده از توبه و حال توبه برای تثبیت اراده و عزم بر ترک گناهان فردی و اجتماعی:  
 ۴.۱. وعده‌های مادی و معنوی خداوند به فرد و جامعه باتقوا؛ شامل: رفع خوف و حزن (اعراف،

(۳۵)، فلاح و رستگاری (حشر، ۹؛ تغابن، ۱۶)، محبوب خدا شدن (آل عمران، ۷۶)، آسان شدن امور (لیل، ۵)، برتری آخرت (بقره، ۲۱۲)، بهشت‌ها (آل عمران، ۱۵)، تکفیر سیئات (مائده، ۶۵)، بازشدن ابواب برکات آسمان‌ها و زمین (اعراف، ۹۶)، همراهی خدا (نحل، ۱۲۸)، نجات از جهنم (مریم، ۷۲)، امدادهای غیبی (آل عمران، ۲۵)، ایمنی از مکر دشمنان (آل عمران، ۱۲۰)، خروج از بحران‌ها و روزی مخصوص (طلاق، ۲)، اصلاح اعمال معیوب و ناقص (احزاب، ۷۰ و ۷۱)، آمرزش گناهان (احزاب، ۷۱)، پذیرفته شدن اعمال (مائده، ۲۷)، فزونی یافتن اکرام و اعزاز الهی (حجرات، ۱۳)، افاضه نور فرقان (انفال، ۲۹)، بشارت ملائکه هنگام مرگ (یونس، ۶۳ تا ۶۵) و....

۲.۴. وعیدهای الهی برای کسانی که آگاهانه و عامدانه به تکرار و اصرار بر گناه مبادرت می‌ورزند.

۳.۴. معرفی برخی از کتاب‌های اخلاقی مفید برای جوانان با رویکرد درمانگری مشکلات اخلاقی؛ مانند سری کتاب‌های جوانان چرا، گناهان کبیره، آثار اخلاقی استاد سیدمحمد شجاعی، چهل حدیث امام علیه السلام و....

۴.۴. در گام اول باید بر اساس این قاعده قرآنی امید واقعی داد: **﴿إِنْ تَجْتَنِبُوا كَبَائِرَ مَا تُنْهَوْنَ عَنْهُ نُكَفِّرْ عَنْكُمْ سَيِّئَاتِكُمْ وَنُدْخِلْكُمْ مُدْخَلًا كَرِيمًا﴾** (نساء، ۳۱) و گناهان کبیره را از منبعی معتبر به جوانان معرفی کرد. در این زمینه بهترین

منبع تحریر الوسيلة امام خمینی رحمته الله، باب احکام نماز جماعت، بحث صفات امام جماعت است.

## آثار و نتایج

۱. ایجاد بستر گرایش بیشتر جوانان به معنویت و طهارت؛
۲. زمینه سازی اصلاح کامل انحرافات جوانان و افرادی که به خیال منفور بودن نزد خدا، خود را تسلیم دوستان ناباب و گناهان متنوع کرده اند.

## هشدارها و ملاحظه ها

۱. رعایت تعادل بین بیم و امید، انذار و تبشیر؛
۲. رعایت اصل تدرّج و اصلاح گام به گام؛
۳. ضرورت تلمذ در محضر علمای ربّانی و حرکت در سایه ارشادات ایشان؛
۴. پرهیز از کتاب ها، سخنرانی ها و جلسه های غیر اهل علم و مدعیان فاقد سلسله شناخته شده عرفان و سیروسلوک؛
۵. اهتمام جدی به ترک گناه و انجام واجبات از طریق تعبد به رساله عملیه مرجع تقلید.

## منابع مفید

۱. سیدروح الله خمینی، اربعین حدیث، به خصوص حدیث اول.
۲. مهدوی کنی، اخلاق عملی.
۳. مجتبی تهرانی، کیش پارسایان.
۴. میرزا جواد ملکی تبریزی، رساله لقاء الله.
۵. مهدی نراقی، معراج السعادة.



## طرح سخنرانی ۱۳

موضوع: چگونه حال خوش معنوی را حفظ کنیم؟	مخاطب: عموم و به ویژه جوانان و نوجوانان
حوزهٔ مبحث: اخلاقی و تربیتی	موقعیت: اعتکاف، زیارت مشاهد، مجالس وعظ و توسل

۱۲۹

فصل  
زهد

بخش چهارم: پیوست‌ها

### مقدمه

ایجاد توجه و بیداری و به تبع آن حال و وجد معنوی در انسان که شیطان و جنودش چهار جهت او را احاطه کرده‌اند، کار ساده‌ای نیست؛ اما از آن سخت‌تر، حراست از حال و یقظه‌ای است که گاه به برکت آیات و روایات و توسل به اهل بیت علیهم‌السلام حاصل می‌شود. به بادندان سرمایه‌ای که در لحظات وزش نفحات الهی به دست آورده‌ایم، امری است که اکثر افراد دربارهٔ آن از ما می‌پرسند؛ ولی بیشترشان جواب مشخصی از ما دریافت نمی‌کنند. برای رسیدن به جواب این پرسش خوب، باید مباحث زیر را به ترتیب برای مخاطب جا بیندازیم.

### سیر منطقی سرفصل‌ها

۱. ما آمده‌ایم تا عبدالله بشویم، نه عبدالحال! درست است که توجه به خدا و معنویات در انسان حال خاصی به وجود می‌آورد؛ اما هدف از مناجات

و هدف از بندگی، رسیدن به حال و وجد و... نیست. شاید از مراتب اخلاص یکی هم این باشد که عبادت نکنیم برای حال پیدا کردن. روزی در حرم مطهر امام رضا علیه السلام طلبه نوجوانی به مرحوم آیت الله بهجت رحمته الله عرض کرد: «آقا لطفاً یک چیزی به من بگویید تا حال پیدا کنم.» بلافاصله آقا با خوش رویی به ایشان فرمودند: «کاغذ و قلمت را دریاور تا چیزی بگویم که حال پیدا کنی.» طلبه ساده با اشتیاق قلم و کاغذ آماده کرد تا بنویسد. آقا فرمودند: «بنویس جاء زید راکباً. حالا برو حالش رو پیدا کن!»

۲. بر اساس قانون علت، حال معنوی و به تعبیر بهتر، توجه به ملکوت و بریدن از تعلقات پست، معلول علتی است که هرگاه آن علت باشد، معلول هم لاجرم موجود خواهد شد؛ و الا فلا!

۳. علت اینکه گاهی قلب ما یکسره از کثرات و تعلقات پست دنیوی منقطع و به سوی ملکوت متوجه می شود، چیست؟ آیا این فرایندی اتفاقی و خارج از اختیار است؟ یا مدیریت شدنی و در نتیجه تکرار شدنی است؟ علت بروز این حال را می توان در عوامل مختلفی جست و جو کرد: حضور در محفلی که از یاد خدا انباشته و از یاد غیر او تهی است؟ یا اذکار و اورادی که بر زبان جاری کرده ایم و از این طریق آرام آرام بردل تأثیر می کند؛ همچون تلقینی که بر میت می خوانند؟ آیت الله خوشوقت در بیان علت دستور به ذکر کثیر فرموده اند: «وقتی شما به عدد کثیر، ذکر شریف تهلیل را می گویند، همه را با توجه نمی گویند؛ ولی در هر چند ذکر، یکی را

با توجه می‌گویید و همه یک اثر می‌گذارد. ادامه می‌دهید. دوباره بعد از چند ذکر، یکی را با توجه می‌گویید. اثر می‌کند و هکذا... و اگر بر ذکر کثیر مداومت کنید، به تدریج فاصله ذکرهایی که با توجه ادا می‌شوند، کم و کمتر می‌شود؛ تا جایی که همه آن‌ها را با توجه خواهید گفت. «یا دردها و غصه‌هایی که شما را از دیگران غافل و به خودتان مشغول کرده است یا...؟ همه این عوامل زمینه‌ساز و معدّات هستند و آنچه علت اصلی رسیدن به حال معنوی در توسلات و مناجات‌هاست، همان چیزی است که در زبان اهل معنا گاهی به معرفت تعبیر می‌شود. حافظ شیرازی می‌فرماید:

بی‌معرفت مباحث که در من یزید عشق اهل  
نظر معامله با آشنا کنند  
و گاهی به تشنگی، همچنان که فرمود:  
آب کم جو تشنگی آور به دست  
تا بجوشد آبت از بالا و پست  
و گاهی به درد:

طیب عشق مسیحادم است و مشفق لیک  
چو درد در تو نبیند، که را دوا بکند؟  
یا به قول مولوی در دیوان شمس تبریزی:  
مرد را دردی اگر باشد خوش است  
درد بی‌دردی علاجش آتش است  
به هر حال، مقدمه و زمینه اصلی برای رسیدن به حال معنوی، معرفت و درد و تشنگی است؛ معرفت، نه علم؛ درد انسانی، نه درد حیوانی؛ تشنگی حقیقت، نه عطش مادیت. پیش‌نیاز این

درد و عطش، اندکی تفکر است و در پی آن، مدتی مراقبه. تفکر در چی؟ و مراقبه از چی؟

۴. تفکر در اینکه من کیستم؟ آیا همین تن و غرایز و نیازهای حیوانی‌ام؟ یا همین ذهن و حافظه و قدرت یادگیری و اندیشیدنم؟ یا علاوه بر همه این‌ها، رشحه‌ای از روح الهی‌ام که در من استعداد خدایی شدن نهفته است.

روزها فکر من این است و همه شب سخنم که چرا غافل از احوال دل خویشتم

ز کجا آمده‌ام آمدنم بهر چه بود

به کجا می‌روم آخر نمایمی وطنم

حاصل این فکر در صورتی که خالص برای خدا باشد و نه هیچ چیز دیگر، به علاوه ذکر، این می‌شود که فطرتی که زنده به گورش کرده‌ایم، احیا می‌شود و خودش جواب همه این پرسش‌ها را می‌دهد که:

مرغ باغ ملکوتم نیم از عالم خاک

چند روزی قفسی ساخته‌اند از بدنم

من ملک بودم و فردوس برین جایم بود

آدم آورد در این دیر خراب آبادم

۵. مراقبه از چی؟ مراقبت از اینکه حالا که بیدار

شده‌ام، نباید دوباره بخوابم. باید اسباب غفلت و

مرگ روح را بشناسم و خود را از آن‌ها برحذر بدارم،

اسبابی نظیر هم‌نشین بد، دوری از محفل اهل

علم، انس با بظالین. چه زیبا در دعای ابو حمزه

ثمالی، حضرت سجاد علیه السلام به این درد و درمان

اشاره می‌کنند و در پایان، یازده عامل برای مرگ

روح و افتادن از چشم خدا برمی‌شمارند، آنجا که

عرض می‌کنند: «اللَّهُمَّ إِنِّي كَلَّمَا قُلْتُ قَدْ تَهَيَّأْتُ  
و...» (فرازی از دعای ابوحمزه ثمالی) و آن یازده  
عامل مرگ معنوی را این‌گونه معرفی می‌کنند:  
«سیدی لعلک... او لعلک... او لعلک...» این  
عوامل عبارت است از:

۱.۵. رانده شدن از درگاه لطف الهی و خدمت  
بندگی او به واسطه اعمال ننگین خودم؛

۲.۵. کوچک شمردن حق خدا؛ مانند استخفاف  
به نماز و حجاب و خمس؛

۳.۵. روی برگرداندن از خدا که عبارت است از  
نادیده گرفتن رضایت و نارضایتی او در تصمیمات  
خودم؛

۴.۵. دروغ‌گویی در رابطه خودم با خدا، قول  
دروغ به خدا دادن، توبه دروغ و...؛

۵.۵. ناشکری قلبی و زبانی و عملی؛

۶.۵. حضور نیافتن در مجالس علما که  
مهم‌ترین مجالس یاد خداست؛

۷.۵. انس با غافلان و اهل خدا فراموشی؛

۸.۵. انس با مجالس بطلین و اهل لهو و لعب؛

۹.۵. نفرت و ابای خدا از شنیدن صدای من؛

۱۰.۵. جرم و جریره خودم؛

۱۱.۵. کم‌حیایی در محضر خداوند.

روشن است که مراقبت از همین یازده عامل  
می‌تواند عوامل قطع حال معنوی حاصل از  
اعتکاف، زیارت مقبول، نماز با حضور قلب، توسل  
با توجه و اشک را برطرف سازد.

۶. البته در روایات برخی اذکار و راه‌ها برای  
حفظ و دوام سرور معنوی ارائه شده است که

از جمله مهم ترین آن ها صلوات بر محمد و آل محمد علیهم السلام است. نمونه ای از این روایت این چنین است: مرحوم علامه مجلسی در بحار الانوار به نقل از جامع الاخبار نقل می کند:

مِنْ بَسْرِ آلِ مُحَمَّدٍ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فِي الصَّلَاةِ عَلَى النَّبِيِّ وَآلِهِ اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَآلِ مُحَمَّدٍ فِي الْأَوَّلِينَ وَصَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَآلِ مُحَمَّدٍ فِي الْآخِرِينَ وَصَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَآلِ مُحَمَّدٍ فِي الْمَلَائِكَةِ وَصَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَآلِ مُحَمَّدٍ فِي الْمُرْسَلِينَ اللَّهُمَّ أَعْطِ مُحَمَّدًا الْوَسِيلَةَ وَالشَّرَفَ وَالْفَضِيلَةَ وَالذَّرَجَةَ الْكَبِيرَةَ اللَّهُمَّ إِنِّي آمَنْتُ بِمُحَمَّدٍ وَآلِهِ وَ لَمْ أَرَهِ فَلَا تَحْرِمْنِي يَوْمَ الْقِيَامَةِ رُؤْيَيْتَهُ وَارْزُقْنِي صُحْبَتَهُ وَتَوَفَّنِي عَلَى مِلَّتِهِ وَاسْقِنِي مِنْ حَوْضِهِ مَشْرَبًا رَوِيًّا سَائِغًا هَنِئًا لَا أَظْمَأُ بَعْدَهُ أَبَدًا إِنَّكَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ اللَّهُمَّ كَمَا آمَنْتُ بِمُحَمَّدٍ وَ لَمْ أَرَهِ فَعَرَّفْنِي فِي الْجَنَانِ وَجْهَهُ اللَّهُمَّ بَلِّغْ رُوحَ مُحَمَّدٍ عَنِّي تَحِيَّةً كَثِيرَةً وَ سَلَامًا فَإِنَّ مَنْ صَلَّى عَلَى النَّبِيِّ بِهَذِهِ الصَّلَوَاتِ هُدِمَتْ ذُنُوبُهُ وَ عُفِرَتْ خَطَايَاهُ وَ دَامَ سُرُورُهُ وَ اسْتَجِيبَ دُعَاؤُهُ وَ أُعْطِيَ أَمَلَهُ وَ بُسِطَ لَهُ فِي رِزْقِهِ وَ أُعِينَ عَلَى عَدُوِّهِ وَ هَيَّئْ لَهُ سَبَبَ أَنْوَاعِ الْخَيْرِ وَ يُجْعَلْ مِنْ رُفَقَاءِ نَبِيِّهِ بَيْنَ يَدَيْهِ فِي الْجَنَانِ الْأَعْلَى يَقُولُهُنَّ ثَلَاثَ مَرَّاتٍ عُدُوَّةً وَ ثَلَاثًا عَشْرَةَ (محمدباقر مجلسی، بحار الانوار، ج ۸۳، ص ۹).

## آثار و نتایج

۱. اعتماد بیشتر به عنایت الهی و حفظ شدن از یأس در اصلاح نفس؛
۲. گرایش بیشتر جوانان به اداب و رعایت

آن و پرهیز از هنجارشکنی‌های به ظاهر ساده و کم‌اهمیت؛

۳. تشویق جوانان به ادعیه، مجالس اهل علم و معارف ناب اسلامی با هدف حفظ خود و حال معنوی حقیقی.

### منابع مفید

۱. برخی ادعیه مخصوصاً ابوحمزه ثمالی، مناجات شعبانیه، دعای کمیل و مناجات خمسة عشر.

۲. روایات مربوط به تفسیر برخی ادعیه مانند روایتی که «الذُّنُوبِ الَّتِي تَهْتِكُ الْعِصْمَ وَ...» (محمدبن یعقوب کلینی، کافی، ج ۲، ص ۵۸۹) را تفسیر و معرفی کرده است.

۳. نامه‌های عرفانی حضرت امام به فرزند و عروس و برخی شاگردان خود که مؤسسه تنظیم و نشر آثار ایشان، با عنوان نامه‌های عرفانی منتشر کرده است.

## پیوست ۴. نمون برگ شناسایی و سازمان دهی خادمان

نام و نام خانوادگی: .....

سن: جنسیت: زن  مرد

تحصیلات: شغل:

وضعیت تأهل: مجرد  متأهل

سابقه اعتکاف: دارم  ندارم

نشانی:

تلفن:

ایمیل:

شماره همراه:

۱۳۶



اردو بهشت

۱. در چه زمینه یا زمینه‌هایی مایل به همکاری هستید؟

امور تبلیغاتی  امور فرهنگی

امور تدارکاتی  امور اجرایی و مدیریتی

امور اداری مالی

۲. تاکنون چند مرتبه در اعتکاف شرکت کرده‌اید؟ زمان و مکان و نوع مسئولیت را ذکر کنید.

سال حضور	ماه	مکان / شهر	مسئولیت



۳. مهمترین انگیزه شما برای خدمت به معتکفان چیست؟

---

۴. در کدام یک از مراحل اعتکاف آماده خدمتگزاری به معتکفان هستید؟

- فعالیت‌های پیش از اعتکاف
- فعالیت‌های حین اعتکاف
- فعالیت‌های پس از اعتکاف

---

۵. آیا تاکنون کتابی درباره اعتکاف مطالعه کرده‌اید؟ نام ببرید.

---

۶. به نظر جناب عالی، مهم‌ترین فواید و آثار فردی اعتکاف چیست؟

---

۷. مهم‌ترین فواید و آثار اجتماعی اعتکاف چیست؟

---

۸. مهم‌ترین آسیب‌های احتمالی اعتکاف به نظر شما چیست؟

---

## پیوست ۵. نمونه برگ ثبت نام معتکفان

نام و نام خانوادگی:  
نام پدر: تاریخ تولد:  
جنسیت: مرد  زن   
وضعیت تأهل: متأهل  مجرد   
تعداد فرزندان: تحصیلات:  
شغل:  
نشانی: تلفن:  
ایمیل: شماره همراه:

۱۳۸



اردو بهشت

۱. آیا پیش از این، در اعتکاف شرکت کرده‌اید؟  
خیر  آری  چند بار:

۲. آیا مبتلا به بیماری یا معلولیت خاصی هستید  
که به مراقبت و امکانات ویژه نیاز داشته باشد؟  
نوع بیماری یا معلولیت: .....  
.....  
مراقبت ویژه: .....  
.....  
امکانات ویژه: .....  
.....  
داروهای خاص: .....  
.....

۳. آیا دخانیات استعمال می‌کنید؟  
خیر  آری   
میزان استعمال در شبانه‌روز: .....



به عنوان علاقه‌مند به اعتکاف، کدام برنامه‌های  
فرهنگی را برای اجرا در ایام اعتکاف پیشنهاد  
می‌کنید؟

..... ۱

.....

.....

.....

..... ۲

.....

.....

.....

..... ۳

.....

.....

.....

..... ۴

.....

.....

.....

..... ۵

.....

.....

.....

..... ۶

.....

.....

.....

.....

.....



## پیوست ۶. نمون برگ توانمندی‌ها و علاقه‌مندی‌های معتکفان

نام و نام خانوادگی:

نام پدر: تاریخ تولد:

شغل: تحصیلات:

نشانی:

تلفن:

ایمیل:

شماره همراه:

۱۳۱



بخش چهارم: پیوست‌ها

۱. در چه عرصه‌های علمی و قابل استفادهٔ عموم،

تخصص دارید؟

- |                                       |                                     |                                      |
|---------------------------------------|-------------------------------------|--------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> علوم اسلامی: | <input type="checkbox"/> احکام      | <input type="checkbox"/> تفسیر       |
| <input type="checkbox"/> عقاید        | <input type="checkbox"/> سیره       | <input type="checkbox"/> حدیث        |
| <input type="checkbox"/> اخلاق        | <input type="checkbox"/> عرفان      | <input type="checkbox"/> نهج البلاغه |
| <input type="checkbox"/> علوم جدید:   | <input type="checkbox"/> روان‌شناسی | <input type="checkbox"/> مشاوره      |
| <input type="checkbox"/> جامعه‌شناسی  | <input type="checkbox"/> پزشکی      |                                      |
| <input type="checkbox"/> علوم سیاسی   | <input type="checkbox"/> تاریخ      |                                      |

۲. لطفاً مباحث و موضوعاتی را که به صورت خاص

در آن‌ها تخصص دارید، مثلاً مهدویت، نام ببرید.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



۵. چنانچه قبلاً هم در اعتکاف شرکت کرده‌اید،  
مهم‌ترین قوت‌ها و ضعف‌های اعتکاف‌های  
گذشته را ذکر کنید.

قوت‌ها: .....

.....

.....

.....

.....

.....

ضعف‌ها: .....

.....

.....

.....

.....

.....

۱۴۳



بخش چهارم: پیوست‌ها

