

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

«...فَمَنْ دَعَانِي فِي هَذَا الشَّهْرِ أُجِبُّهُ وَمَنْ
سَأَلَنِي أُعْطِيْتُهُ وَمَنْ اسْتَهْدَانِي هَدَيْتُهُ وَ
جَعَلْتُ هَذَا الشَّهْرَ حَبْلًا بَيْنِي وَبَيْنَ عِبَادِي،
فَمَنْ اعْتَصَمَ بِهِ وَصَلَ إِلَيَّ.»

«...پس هر کس مرا در این ماه بخواند،
اجابتش می‌کنم و هرکس از من چیزی طلب
کند، به او عطا کنم و هر کس از من طلب
هدایت کند، او را هدایت می‌نمایم و این ماه
را ریسمانی بین خود و بندگانم قرار دادم، پس
هرکس بدان چنگ زند به من می‌رسد.»

(اقبال الاعمال، ص ۶۲۸.)

ادب حضور

دفتر اول

اسرار ماه رجب

و مراقبات و مناسک آن

همراه با آداب اعتکاف

استاد محمدتقی فیاض بخش

فهرست

- فصل اول: مقدمه‌ای در ارجمندی و حرمت ماه رجب ۹
- دلیل نام‌گذاری ماه رجب ۹
- ضرورت رعایت حریم الهی در این ماه ۱۰
- عصیان پروردگار؛ اهانت به حقیقت انسانی ۱۳
- در این ماه، گناه و ثواب مضاعف بر ماه‌های
دیگر حساب می‌شود.
- ۱۶
- لزوم کم کردن کارها برای عبادت ۲۴
- فصل دوم: ماه رجب؛ سرآغاز ورود به مراتب عالی توحید ۲۸
- ماه‌های رجب و شعبان و بیست روز اول ماه
رمضان، مقدمه‌ی شب‌های قدر هستند . . .
- ۳۱
- ندای ملک داعی در شب‌های ماه رجب ۳۳
- فصل سوم: دستورات و مراقبات ماه رجب ۴۱
- نماز شب؛ مرقات اهل سلوک ۴۴
- یک مسئله‌ی کنترلی مهم ۴۸
- ارزشمندترین کار در ماه رجب، اهتمام به نمازهای یومیه . ۵۰
- اهتمام به نمازهای یومیه؛ مهم‌تر از خواندن نماز شب . ۵۰

۵۳	روایاتی پیرامون حضور قلب در نماز
۵۶	روش عملی تحصیل حضور قلب در نماز
۵۸	مراقبه؛ اصلی‌ترین دستور در سلوک
۵۹	دستور عملی مراقبه
۶۳	مراقبه‌ی زبان؛ ام‌المراقبات
۶۵	گناه‌شناسی؛ لازمه‌ی مراقبه
۶۹	توسل و تعهد با اهل بیت عصمت <small>علیهم‌السلام</small> برای اصلاح اعمال
۷۴	فضیلت روزه‌ی ماه رجب
۷۶	فضیلت تحصیل معرفت در ماه رجب
۷۸	فضیلت قرائت دعای ناحیه مقدسه در ماه رجب
۷۹	لیلة الرغائب
۸۱	شب و روز مبعث
۸۵	فصل چهارم: مختصری پیرامون اعتکاف
۸۵	مختصری پیرامون عزلت
۸۷	مرتبه‌ی اول عزلت: دوری از اهل معصیت
۸۹	مرتبه‌ی دوم عزلت: عزلت از اهل دنیا (خلوت خاص)
۹۰	مرتبه‌ی سوم: خلوت اخص خواص
۹۳	شرایط مکان اعتکاف
۹۴	۱- به حداقل رسانیدن عوامل مزاحم ذکر
۹۶	۲- صمت خاص و یا سکوت مطلق
۹۷	۳- سهر و بهره‌مندی از نماز شب
۹۸	فکر و برنامه‌ریزی برای آینده
۱۰۰	مختصری درباره‌ی عمل ام‌داوود

«فصل اوّل»

مقدمه‌ای در ارجمندی و حرمت ماه رجب

دلیل نام‌گذاری ماه رجب

«رجب» در لغت به معنای بزرگداشت امری است و «ترجیب» یعنی تعظیم. وجه تسمیه‌ی این ماه به رجب، آن بود که قبل از اسلام و در میان اعراب جاهلی نیز مورد تعظیم و احترام بوده و جنگ و خون‌ریزی را به احترام این ماه رها می‌کردند.

یکی دیگر از اسامی ماه رجب «اصب» است. «صبّ الماء» یعنی آب با شدّت از بلندی بر چیزی فرود آید. از آن جا که در ماه رجب رحمت الهی با شدّت و وسعت بر امت اسلام نازل می‌شود، این ماه

را بدین اسم نامیدند؛ چنان که این معنا در روایت مشهور «ملک داعی»^۱ نیز قابل مشاهده است. بعد از این، دستِ من و دامن آن سرو بلند خاصه اکنون، که صبا مژده‌ی «فروردین» داد

ضرورت رعایت «حریم الهی» در این ماه

در اسلام نیز ماه رجب از جمله «ماه‌های حرام» شمرده شده. مرحوم میرزا جواد آقا^۲ ذیل مراقبات ماه رجب می‌نویسد:

۱. رجوع کنید به ص ۳۳.

۲. آیت‌الله میرزا جواد آقا ملکی تبریزی (۱۲۷۴-۱۳۴۳.ق)، عالم و فقیه‌ی متبحر بود. ایشان در تهذیب نفس و سیر و سلوک توحیدی از شاگردان برجسته‌ی ملا حسین قلی همدانی محسوب می‌شد. نقل شده که وقتی امام خمینی (پس از پیروزی انقلاب) به قم عزیمت کردند و به زیارت قبرستان شیخان و مزار میرزا جواد آقا رفتند، با تحت الحنک خود غبار سنگ قبر را پاک کردند و مشغول قرائت فاتحه شدند؛ ایشان می‌فرمود: «در قبرستان قم یک مرد خوابیده و او حاج میرزا جواد آقا تبریزی است!»

از آنجا که کتاب «المراقبات» ایشان بسیار مورد توجه اساتید و بزرگان سیر و سلوک بوده و شاگردان خود را به خواندن آن دستور می‌دادند، ما در این اثر از این کتاب ارجمند بهره‌ی فراوان برده‌ایم. علامه‌ی طباطبایی درباره‌ی مراقبات می‌فرماید: «این کتاب دریایی است پر از مروارید که در پیمان‌ه نگنجد و نویسنده‌ی آن بدون شک الگوی بلندمرتبه و والامقامی است که قدر و ارزشش با مقیاس اندازه نمی‌شود...»

«از دیگر مراقبت‌ها در این ماه این است که سالک معنی ماه حرام را بداند؛ تا مواظب تمام کارها و حالت‌ها و حتی اموری که وارد قلبش می‌شود باشد.»^۱

لذا در اینجا شرح مراقبات ماه رجب را از تبیین اسرار حرمت آن آغاز می‌کنیم.

مرحوم سید بن طاووس^۲ در ابتدای مراقبات ماه رجب می‌فرماید: ماه حرام از رسوم بر جای مانده از دوران قبل از اسلام است؛ آن هنگام که اعراب جاهلی به بهانه‌های واهی به جنگ و غارت یکدیگر

۱. المراقبات (ط. اخلاق، ۱۳۸۵ ه.ق.)، ص ۱۰۴.

۲. رضی‌الدین علی بن موسی بن طاووس (۵۸۹ - ۶۶۴ ه.ق.)، معروف به سید بن طاووس، از جمله علمای بزرگ شیعه است. نقل شده که ایشان مفتخر به زیارت حضرت ولی عصر عجل الله تعالی فرجه گردیده بود. مرحوم علامه‌ی حلی (شاگرد ایشان) جناب سید را «صاحب کرامت» و علامه‌ی مجلسی ایشان را «جمال العارفین» معرفی می‌نمودند. مرحوم محدث قمی نیز سید بن طاووس را با «پیشوای عارفان، چراغ شب‌زنده‌داران و صاحب کرامات» یاد نموده. مرحوم سید علی آقای قاضی درباره‌ی سید بن طاووس می‌فرماید: «سه نفر در طول تاریخ عارفان، به مقام تمکین در توحید رسیده‌اند: سید بن طاووس، احمد بن فهد حلی و سید مهدی بحرالعلوم».

ایشان صاحب آثار متعددی است که اغلب مورد توجه ویژه‌ی بزرگان و علمای ما بوده است؛ از جمله‌ی آنها، کتاب «اقبال الاعمال» است. این کتاب، مانند مفاتیح الجنان، حاوی ادعیه و اعمال سال و زیارات معصومین علیهم‌السلام است. از آنجا که این کتاب مورد توجه ویژه‌ی اساتید اخلاق و عرفان بوده، عمده‌ی دستورات و اعمال در کتاب پیش رو با اقتباس از آن می‌باشد.

می‌پرداختند (چنان‌که جنگ‌های یک‌صد ساله میان دو قبیله‌ی اوس و خزرج در مدینه معروف است)، با هم پیمان بستند که در چهار ماه از سال، جنگ و خون‌ریزی را کنار بگذارند و به زندگی شخصی و امور قبیله‌ی خود و زن و فرزندانشان سر و سامانی دهند؛ و خلاصه آنکه مدتی را در آرامش بگذرانند. ایشان می‌فرماید: عرب جاهلی حرمت ماه رجب را حفظ می‌کرد، پس مؤمن نیز باید حرمت این ماه را نگه دارد و در این ماه با پروردگار به مخاصمه برنخیزد! جنگ با پروردگار یعنی شکستن عهد بندگی پروردگار و پیروی از هوای نفس و اطاعت از دشمن انسان و پروردگار؛ یعنی «شیطان رجیم»:

﴿الْمَ أَعْهَدَ إِلَيْكُمْ يَا بَنِي آدَمَ أَنْ لَا تَعْبُدُوا الشَّيْطَانَ إِنَّهُ لَكُمْ عَدُوٌّ مُبِينٌ ﴿٦٠﴾ وَأِنْ اعْبُدُونِي هَذَا صِرَاطٌ مُسْتَقِيمٌ﴾^۲

ای بنی آدم، آیا من از شما پیمان نگرفتم که شیطان را نپرستید؟! که او دشمن آشکار شماست؟! و مرا پرستید که تنها این راه صراط مستقیم است؟

۱. اقبال الأعمال (ط. دار الکتب الإسلامیه، ۱۴۰۹ هـ. ق. ۰)، ج ۲، ص ۶۲۸.

۲. یس، ۶۰ و ۶۱.

دوستی با شیطان و عصیان الهی به معنای اعلان جنگ و دشمنی با پروردگار است. بنابراین، اولین و مهم‌ترین دستور در این ماه، «مراقبه» برگناهان است؛ که در چنین فرهنگی، حفظ حرمت این ماه به معنای اعلام صلح با پروردگار است.

عصیان پروردگار؛ اهانت به حقیقت انسانی

رسول اکرم صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ در حدیثی قدسی می‌فرمایند:

«قَالَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى: مَنْ أَهَانَ لِي وَلِيًّا، فَقَدْ
أَرَصَدَ لِمُحَارَبَتِي...»^۱

هرکس که ولّی از اولیای مرا خوار بدارد، با من اعلام جنگ کرده است.

«وهن» در روایت شریفه به معنی توهین به یکی

از مؤمنین یا اولیای الهی عَلَيْهِمُ السَّلَام یا ناسزا گفتن به ایشان و یا بالاتر از همه، با او وارد جنگ شدن است.

اما اگر با نگاهی جامع به این حدیث توجه

شود، عصیان الهی به معنای بی‌اعتنایی به گوهر فطرت توحیدی انسان و اهانت به او است. به

این ترتیب، ارتکاب گناه به منزله‌ی اعلام جنگ با فطرت توحیدی خودمان است. چه ولی‌ی بالاتر از امام زمان عجل الله تعالی فرجه الشریف؟ چه ولی‌ی بالاتر از پیغمبر اکرم صلی الله علیه و آله؟ ارتکاب ما به گناه، اعلام جنگ کردن با این بزرگواران است. با این توضیحات، می‌توان گفت کسی که «فطرت توحیدی» خود را با گناه خوار می‌کند، بهترین ولیّ خدا را تحقیر نموده و با خدای خود اعلام جنگ کرده است.

در ادامه‌ی این روایت آمده:

«...أَنَا أَسْرَعُ شَيْءٍ إِلَى نَصْرَةِ أَوْلِيَائِي.»

من سریع‌ترین کس در یاری اولیای خویش هستم.

به همین دلیل است که خداوند در قرآن، آن هنگام که از امت‌های عاصی مانند عاد و ثمود و یا قوم فرعون و نمرود نام می‌برد و عظمت قدرت و تمدن آنها را ذکر می‌کند، در عبارتی کوتاه، طومار هستی آنان را در هم می‌پیچد و می‌فرماید:

﴿فَصَبَّ عَلَيْهِمْ رَبُّكَ سَوْطَ عَذَابٍ﴾^۱

ناگهان تازیانه‌ی عذاب الهی آنان را دربرگرفت.

تا روشن شود که خداوند همیشه در کمین گناه‌کاران است تا در موقع مناسب ایشان را ادب کند. سپس به اصلی کلی اشاره می‌نماید که:

﴿إِنَّ رَبَّكَ لَبِالْمِرْصَادِ﴾^۱

پروردگارت در کمین گناه‌کاران است.

«مرصاد» به کمین‌گاهی گفته می‌شود که شکارچی در آن مخفی می‌گردد تا در فرصت مناسب، ناگهان به صید حمله ور شود. ما نمی‌دانیم تازیانه‌ی خشم الهی کی بر سر ما فرود می‌آید؛ لذا همیشه باید در حال توبه و انابه باشیم.

مرحوم سیّد در اقبال می‌فرماید که ماه‌های حرام، ایام اعلام صلح با پروردگار است؛ تا حداقل در این ماه با خداوند به ستیز برنخیزیم.

اولین قدم در صلح با پروردگار، حسابرسی وضعیت خود است. به همین منظور، لازم است که در این ماه بیش از پیش به خود رسیدگی نماییم.

در این ماه، گناه و ثواب مضاعف بر ماه‌های دیگر حساب می‌شود.

نکته‌ی دیگر درباره‌ی ماه‌های حرام آن‌که: در این ایام، دیه‌ی جراحات دو برابر حساب می‌شود؛ یعنی کسی که قتل نفس کند یا به دیگری صدمه‌ای وارد سازد، باید دو برابر ماه‌های دیگر دیه پرداخت کند. این قانون در خطاهای امور ظاهری است. از آنجا که احکام ظاهری برگرفته از مصالح و مفاسد حقیقی است، اهل معنا از این حکم ظاهر نتیجه گرفتند که اگر شکستن حرمت ایام حرام به حسب ظاهر دو برابر عقاب دارد، جراحات باطنی - یعنی گناهانی که روح و قلب را مجروح می‌کند - به طریق اولی در این ماه دو برابر نزد پروردگار عقاب دارد. به عبارت دیگر، همان طور که در ماه‌های حرام عبادت ارزش بیشتری دارد، حریم شکنی درگاه الهی نیز عقاب سخت‌تری دارد. کسی که در ماه رجب حریم الهی را حفظ نکند، مانند کسی است که در حریم حرم مسجدالحرام، حرمت خانه‌ی خدا را حفظ نکرده و چنین فردی جریمش سنگین‌تر است. خداوند درباره‌ی شکستن حرمت حریم حرم خدا با شکار حیوانات می‌فرماید:

﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا لَا تَقْتُلُوا الصَّيْدَ وَأَنْتُمْ حُرْمٌ
وَمَنْ قَتَلَهُ مِنْكُمْ مُتَعَمِّدًا فَجَزَاءٌ مِثْلُ مَا قَتَلَ مِنَ
النَّعْمِ يَحْكُمُ بِهِ ذَوَا عَدَلٍ مِّنْكُمْ هَدِيًّا بِالِغِ الْكَعْبَةِ
أَوْ كَفَّارَةً طَعَامٍ مَّسَاكِينَ أَوْ عَدْلٌ ذَلِكِ صِيَامًا
لِيَذُوقَ وَبَالَ أَمْرِهِ﴾^۱

ای کسانی که ایمان آورده‌اید، شکار را در حال احرام به قتل نرسانید؛ و هر کس از شما عمداً آن را به قتل برساند، باید کفاره‌ای معادل آن از چهارپایان بدهد؛ کفاره‌ای که دو نفر عادل از شما معادل بودن آن را تصدیق کنند؛ و به صورت قربانی به (حریم) کعبه برسد، یا (به جای قربانی) اطعام مستمندان کند، یا معادل آن روزه بگیرد تا کیفر کار خود را بچشد.

این آیه‌ی شریفه اشاره به حکم کسانی دارد که در محدوده‌ی مسجد الحرام، حرمت خانه‌ی خدا را می‌شکنند و به شکار حیوانات می‌پردازند. خداوند می‌فرماید: اگر کسی در محدوده‌ی حرم الهی حیوانی را شکار کند، باید معادل آن حیوان کفاره بدهد، تا تلخی این حریم‌شکنی را بچشد. در ادامه‌ی آیه، هشدار به کسانی داده شده که حریم حرمت الهی را برای بار دوم می‌شکنند؛ خداوند می‌فرماید:

﴿وَمَنْ عَادَ فَيَنْتَقِمُ اللَّهُ مِنْهُ وَاللَّهُ عَزِيزٌ ذُو انْتِقَامٍ﴾^۱

وهرکس تکرار کند، خداوند از او انتقام می‌گیرد و خداوند توانا و صاحب انتقام است.

عدم ذکر کفاره در اینجا، به این معنا نیست که تخفیفی قائل گردیده، بلکه اشاره به شدت عذاب پروردگار دارد. به عبارت دیگر، اگر کفاره‌ی گناه برای تنبیه خاطی است، اگر کسی برای بار دوم و یا بیشتر گناه را تکرار کرد، گویی تأدیب او موکول به سرای دیگر می‌شود و عذاب دنیوی برایش کافی نیست. لذا اگر کسی در حرم خدا دو مرتبه صید کند، خداوند از او انتقام می‌گیرد.

با این توضیحات می‌توان گفت که عقوبت الهی در ماه‌های حرام بیشتر می‌شود. مثلاً ماه شعبان تعلق به رسول خدا ﷺ دارد و خداوند درباره‌ی حریم‌شکنی رسول خدا ﷺ می‌فرماید:

﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا لَا تَرْفَعُوا أَصْوَاتَكُمْ فَوْقَ صَوْتِ النَّبِيِّ وَلَا تَجْهَرُوا لَهُ بِالْقَوْلِ كَجَهْرِ بَعْضِكُمْ لِبَعْضٍ أَن تَحْبَطَ أَعْمَالُكُمْ وَأَنتُمْ لَا تَشْعُرُونَ﴾^۲

۱. مائده، ۹۵.

۲. حجرات، ۲.

ای کسانی که ایمان آورده‌اید، صدای خود را فراتراز صدای پیامبر ﷺ نکشید، و در برابر او بلند سخن مگویید (وداد و فریاد ننزید)؛ آن گونه که بعضی از شما در برابر بعضی می‌کنند. مبادا اعمال شما نابود شود؛ در حالی که نمی‌دانید.

نهی آیه‌ی شریفه از بلند کردن صدای خود در برابر پیامبر ﷺ، یعنی اهتمام به رعایت ساحت ایشان و حفظ ادب. ﴿لَا تَجْهَرُوا لَهُ بِالْقَوْلِ كَجَهْرِ بَعْضِكُمْ لِبَعْضٍ﴾ یعنی مبادا بی‌ادبانه با پیغمبر ﷺ صحبت کنید، مبادا جهر به قول داشته باشید؛ که هر کس حریم رسول خدا ﷺ را حفظ نکند، اعمالش حبط می‌گردد.

حال سؤال این جاست که حفظ حریم ظاهری پیغمبر ﷺ واجب‌تر است یا حریم باطنی ایشان؟ ماه شعبان حرم پیغمبر ﷺ است و ماه رجب حرم امیرالمؤمنین علیه السلام است، ماه رمضان نیز حرم پروردگار است. لذا هر کس در این حرم بی‌ادبی کند، جرمش دوچندان و عقابش بیشتر است. چنان‌که اگر کسی در این حرم ادب به خرج دهد، مدارج تعالی را سریع‌تر طی می‌کند. بنابراین، اصل اولی در ماه

رجب که اول ماه‌های حرام در سال قمری است، حفظ حرمت حریم این ماه می‌باشد و چنان‌که جنگ با دیگران در این ماه حرام است، جنگ با خداوند و ارتکاب گناه حرمت بیشتری دارد. نکته‌ی ظریف دیگری که مرحوم سید بن طاووس در کتاب اقبال الاعمال پیرامون حرمت ماه رجب ذکر می‌کند آنست که اگر ماه رجب از ماه‌های حرام است، یعنی «قرق‌گاه» الهی است و بندگان در این ماه در حریم امن پادشاهی مقتدر قرار دارند که اجازه نمی‌دهد شیاطین و دشمنان بر آنان یورش ببرند. بنابراین بر ما لازم است که اولاً بکوشیم از این حرم امن الهی حداکثر بهره را در کسب کمال ببریم؛ که معلوم نیست اگر به خود واگذار شویم، تا چه مقدار بتوانیم از شرور دشمنان در امان باشیم. و از سوی دیگر، تلاش نماییم تا به گونه‌ای عمل کنیم که با خروج از این ماه، از درگاه مولی و حرم الهی رانده نشویم و همچنان در تحت ولایت مولای خود باقی بمانیم!