هو العلیم

اعمال ماه شعبان و اهمیت آن در سیر و سلوک الهی

اعمال ماه شعبان و اهمیت آن

و سیرهٔ ائمه و اولیاء الهی در این ماه

برگرفته از آثار:

حضرت علاّمه آیة اللّه حاج سیّد محمد حسین حسینی تهرانی

و

حضرت آیة اللّه الحاج سیّد محمد محسن حسینی تهرانی

قدّس اللّه سرّهما

بسم اللَه الرّحمن الرّحيم

مقالهٔ پیش‌رو، در مقام بیان اهمیت ماه شعبان و ویژگی‌های آن است که برگرفته از سخنان حضرت علاّمه آیت‌اللَه سیدمحمدحسین حسینی طهرانی و حضرت آیت‌اللَه سیّد محمدمحسن حسینی طهرانی رضوان‌اللَه‌علیهما می‌باشد.

پیغمبر اکرم صلی‌اللَه‌علیه‌وآله‌وسلّم فرمودند:

رجبٌ شهرُ اللَه، و شعبانٌ شَهری، و رمضانٌ شَهرُ أُمَّتی.[1]

«رجب ماه خداست، شعبان ماه من و رمضان ماه امّت من است.»

ماه شعبان، ماه دعوت الهی

آمدن ماه شعبان به این معناست که دوباره برای ما دعوت‌نامهٔ الهی آمده است و پروردگار به انسان می‌گوید: دوباره ما تو را دعوت کردیم و اگر خودت نیامدی و پای این سفره ننشستی، دیگر به

---

[1] زاد المعاد، ج ۱، ص ۱۲.

خودت مربوط است؛ ما دعوت را فرستادیم: **و مَوائِدَ المُستَطعِمینَ مُعَدَّة!**[1] کارت هم فرستاده‌اند؛ همان دعوت انبیاء و ائمه! و همهٔ این روایاتی که داریم، کارت‌های دعوت است که برای ما فرستاده‌اند.

آمادگی پیدا کردن برای ورود به ماه شعبان

بزرگان دستور می‌دادند که برای ورود به این اَشهُرِ مبارکه (ماه رجب و شعبان و رمضان) از قبل خودتان را آماده کنید تا قلبتان برای وفود در این ماه آماده باشد.

آمادگی این است که انسان وقتی می‌خواهد وارد ماه رجب و شعبان بشود قلب خودش را بگذارد روی دستش و بگوید: «خدایا این قلب من! هرچه می‌خواهی خودت در آن بریز و وارد کن! آنچه برای من لازم است خودت در آن بریز، نه آن چیزی که من می‌خواهم؛ [زیرا آگاه نیستم] آن چیزی که من می‌دانم، آیا به صلاح من است؟ برای من مفید است؟ موجب سدّ راه من نیست؟» آن‌وقت این می‌شود

---

[1] ۱ الإقبال، ص ۴۷۰، فقره‌ای از زیارت امین‌اللَه؛ ترجمه: «و طعام‌های خاصّ اهل معرفت آماده و مهیاست.»

آمادگی. اگر این‌طور شد، بسیار خب! خدا هم که بخیل نیست!

ویژگی‌های ماه شعبان

ماه شعبان یک جنبهٔ خاصی دارد که طبق بعضی از آثار و احادیث، رسول خدا صلی‌اللَه‌علیه‌وآله دربارهٔ آن فرموده‌اند: «شعبان متعلق به من است.»[1] خصوصیت این ماه این است که در آن بهاء و عظمت نزولاتِ الهی توأم با یک نوع نشاط و سرور و فرح و انبساط است. این قضیه در ماه رجب نیست، در ماه رمضان هم به یک نحو دیگر است. ماه رمضان، ماه رحمت است و انسان این را احساس می‌کند؛ در ماه رجب هم جنبهٔ توحیدی غلبه دارد؛ اما ماه شعبان ماهی است که در عین اینکه جنبهٔ روحانیش خیلی شدید است، توأم با یک نوع حالت انبساط روح و اِنشراحِ صدر و بشاشَت است که اقتضای تعلق این ماه به نفس رسول‌اللَه صلی‌اللَه علیه‌وآله هم، همین کیفیت است. چنان‌که از بعضی بزرگان نقل شده است که همان حال‌وهوایی که در چنین زمینه‌هایی برای آنها پیش می‌آمد، آنها در ماه شعبان این مطلب را

---

[1] شرح حدیث عنوان بصری، جلسهٔ ۱۴۴.

احساس می‌کردند و تعلقش را به نفس آن حضرت کاملاً درمی‌یافتند.

لذا خیلی این مسئله مهم است که چطور خدای متعال قبل از واردشدن در ماه مبارک رمضان، ماه شعبان را قرار داد و این هم از اسرار است که ماه مبارک بعد از رجب نیست، ماه رجب می‌آید، آن تاثیرِ توحیدیِ خود را می‌گذارد، بعد یک انشراح صدر برای انسان در ماه شعبان پیدا می‌شود و بعد وارد آن رحمت خاصه در ماه رمضان می‌شود. ترکیبی که در اینجا خدای متعال لحاظ کرده است، این نشان‌دادن اطوار مختلفِ ظهور اوست که چطور در ظهورات مختلف انسان را می‌آورَد، می‌کشانَد، حال و فکر و میلش را عوض می‌کند و در او شوق [به‌وجود] می‌آورد. در ماه شعبان اشتیاق و میل برای حرکت به‌سوی او بالا می‌رود؛ این خصوصیت ماه شعبان است. کأنّ می‌توان گفت آن استفاده‌ای که بعداً از ماه رمضان می‌شود، مقدمه و شروعش از شعبان است.

در ماه شعبان است که فیوضات الهی جنبهٔ کثرتی پیدا می‌کند؛ البته برای کسانی که استعداد و

قابلیت ادراک این مطلب را دارند به مرتبهٔ ظهور و بروز خارجی می‌رسد، کأنّ سالک در ماه شعبان، جنبهٔ بقا را ملاحظه می‌کند و از یک‌یکِ حقایقی که در ماه رجب تلقّی کرده، در ماه شعبان پرده‌برداری می‌شود. تا اینکه به ماه رمضان می‌رسد، و در ماه رمضان، با واردشدن در رحمتِ واسعهٔ پروردگار، تجلی جنبهٔ عبودیت به آن کیفیت خواهد بود.

عبارت مرحوم علامهٔ طهرانی و بزرگان این بود: «این سه ماه، منت الهی است برای سالکان راه خدا»؛ یعنی یکی از منت‌های عظیم پروردگار برای سالکان و مُریدین طریقِ الی‌الله این است که خدای متعال در این سه ماه عنایت خاصی نسبت به بندگان دارد.

دستورات اولیاء الهی راجع به ماه شعبان

۱. مراقبه

مراقبه یعنی سالک در جمیع احوال مراقب و مواظب باشد تا از آنچه وظیفهٔ اوست تخطّی ننماید. مراقبه معنای عامّی است و به اختلاف مقامات و درجات و منازلِ سالک، تفاوت می‌کند. در ابتدای

امر سلوک، مراقبه عبارت است از آنکه از آنچه به دردِ دین و دنیای او نمی‌خورد اجتناب کند و از «ما لا یَعنی»[1] دوری گزیند و سعی کند تا خلاف رضای خدا در قول و فعل از او صادر نگردد.

لذا در ماه شعبان بزرگان خیلی تاکید بر مراقبه داشتند، و می‌فرمودند:

«**خیلی مراقبه داشته باشید شعبان از دست نرود؛ [چراکه] این یک ظهور خاص است.**»

در این ماه، انسان باید در طول شبانه‌روز رعایت کند. باید متوجه این قضیه باشد و بداند که اینها همه ارتباط دارند؛ یعنی خود نحوهٔ استقرار نفس در روز، با شب یک ارتباط وثیقی دارد که اقتضا می‌کند هم در روز و هم در شب، سالک نسبت به مسائل توجه کافی را داشته باشد.

مسئلهٔ مهم در تمام زندگی، مخصوصاً در این سه ماه (رجب، شعبان و رمضان) این است که همیشه در مسائلی که می‌شنویم، شایعاتی که می‌بینیم، مطالبی که در منزل با آن برخورد می‌کنیم،

---

[1] شرح حدیث عنوان بصری، جلسهٔ ۲۱۱.

از رفیق می‌شنویم، [و به‌طور کلی] در ارتباط با دیگران [یا در ارتباط] با خودمان، تمام اینها را با آن جنبهٔ عقلانی و مبانی‌ای که به ما داده شده در نظر بگیریم، اگر موافق افتاد عمل کنیم و اگر موافق نیفتاد عمل نکنیم. عمل نکنیم، چون در روز قیامت کسی به داد ما نمی‌رسد.

[البته] در همین دنیا هم کسی به داد ما نمی‌رسد، حالا روز قیامت به‌جای خود! [حتی] در همین دنیا! واقعاً آدم در همین دنیا به مسائلی برخورد می‌کند [که باعث عبرت اوست. مثلاً شخص به دیگری] می‌گوید: «من به‌خاطر تو این را انجام دادم.» طرفِ مقابل صریح می‌گوید: «می‌خواستی نکنی!» اینکه برای این دنیاست، تا چه رسد به روز آخرت، که در آنجا «یومَ یَفِرُّ المَرءَ مِن أبیه، و صاحِبَتِهِ و بَنیه؛ **[روزی است که] پسر از پدر فرار می‌کند، [مرد] از زنش فرار می‌کند، از فرزندانش فرار می‌کند.» فرار می‌کند یعنی در آنجا فقط به کارهای خودش می‌پردازد.**

بزرگان می‌فرمودند:

«در این سه ماه خیلی مواظبت خودتان را بیشتر کنید. تا به‌حال چطور مواظبت داشتید؟ بر زبان

و رفتار و افکار مواظبت داشتید، [حال] مقداری مواظبت را بیشتر کنید.»

۲. تصحیح خیال

مهم‌ترین مسئله‌ای که در این سه ماه رجب، شعبان و رمضان توصیه شده است، عبارت است از اینکه انسان ذهن خود را از خطورات و مسائل پاک کند، و نگذارد هر خطوری به ذهن او بیاید، یا اگر خطوری می‌آید، نگذارد درآنجا لانه کند و بماند، بلکه زود از ذهن خود دفع کند تا اینکه نفْس بتواند قابلیت ورود انواری که از عالم ملکوت می‌آید، پیدا کند. و بداند که با وجود خطورات و ذهنیات، دیگر جایی برای آن انوار و واردات نیست، لذا باید ذهن خود را آماده کند.

۳. اصلاح تغذیه

از جمله نکاتی که مرحوم علامه طهرانی خیلی به آن اهتمام داشتند، کیفیت تغذیه بود؛ می‌فرمودند:

در ماه رجب و ماه شعبان و رمضان، خوب است که سالک تغییری در تغذیهٔ خود به‌وجود بیاورد و آن تغذیه به‌نحوی باشد که در عین سبکی، بتواند او را برای انجام عبادات حفظ کند و نگه

دارد.

ایشان می‌فرمودند:

در این سه ماه انسان خوب است که هیچ‌وقت احساس سیری و ثقل نداشته باشد. غذایش به‌نحوی باشد که همیشه احساس کند که غذا بر او مسلط نیست، معدهٔ او را درگیر نمی‌کند، و معده، فکرِ او را به‌خود مشغول نمی‌کند. این مسئله برای جلب فیوضات و جَذَبات خیلی اهمیت دارد.

آنچه بنده از ایشان در یکی جلسات شنیدم، این بود:

سالک توقع نداشته باشد آنچه را که خداوند متعال برای بندگانش در ماه رجب تخصیص داده است، با معدهٔ پُر، قسمت او بشود؛ این مسئله انجام نخواهد شد!

۳. شب‌زنده‌داری و تفکر

شب‌های ماه رجب، شعبان و رمضان را خیلی باید مواظب باشید و ارزشش را بدانید... رجب و رمضان یک خصوصیاتی دارد؛ ماه شعبان هم یک تفاوتی دارد و خیلی مهم است.

در ماه شعبان، اصلاً احیاء نیمهٔشعبان خیلی فضیلت دارد و خود مرحوم آقا هم هر سال با رفقا و

دوستان خودشان شب نیمهٔشعبان را احیاء داشتند و دعای کمیل هم می‌خواندند.

بیداری خیلی مهم است، البته بهتر است انسان یکی‌دو ساعت بخوابد، تجدید قوا بکند، و بعد به بیداری و پرداختن به این امور ادامه بدهد؛ با خستگی صحیح نیست.

مرحوم علامهٔ طهرانی هم در روح مجرد فرموده‌اند که باید یک چیزی خورد که بتواند نفس را با نشاط نگه دارد و سدّ جوع کند.[1] منتها نه چیزِ سنگین؛ [بلکه] میوه‌ای باشد، چای با خرمایی باشد. انسان خودش را نباید سنگین کند. تا چیزی می‌خورید و احساس می‌کنید دلتان را گرفت، دیگر بس کنید، حتی اگر مقدار کمی مانده، آن را کنار

---

[1] روح مجرد، ص ۷۶:
در دفعه اوّل که [مرحوم حاج سید هاشم حداد] بیدار می‌شدند، می‌فرمودند: «سید محمّد حسین! چای یا آب گرمی بیاور!» حقیر پایین می‌رفتم و روی چراغ فتیلهٔ نفتی، چای درست می‌کردم و فوراً می‌آوردم. می‌فرمودند: «مرحوم قاضی خودش این‌طور بود و به ما هم این‌طور دستور داده بود که: "در میان شب چون برای نماز شب برمی‌خیزید چیز مختصری تناول کنید؛ مثل چای یا دوغ یا یک خوشه انگور، یا چیز مختصر دیگری که بدن شما از کسالت بیرون آید و نشاط برای عبادت داشته باشید."»
بنابراین بنده هر چه ایشان میل داشتند، گاه آب جوش و یا چای و یا دوغ و یا خیار برایشان به بام می‌بردم، چون در آن فصل، هنوز انگور نرسیده بود.

بگذارید. بگذارید که آن حالت نشاط و سبکیِ نفس و مزاج، بر شما غلبه داشته باشد. این بهترین حالت است که انسان می‌تواند بهتر استفاده کند.

البته در این بیداری، انسان لازم نیست همیشه نماز بخواند و ذکر بگوید. چه اشکال دارد مطالبی از بزرگان را مطالعه کند، یا ادعیهٔ ماه شعبان را بخواند، یا بر او خوانده شود و او گوش کند؟!

۳. تنظیم معاشرت و روابط

یکی دیگر از اموری که بزرگان نسبت به سه ماه رجب، شعبان و رمضان، به سالکین الی‌اللَه تذکر می‌دادند، تنظیم معاشرت و به‌عبارتی همان عزلت می‌باشد. سالک الی‌اللَه باید بداند که با چه کسی معاشرت کند، و بداند که صحبت و برخورد با چه کسانی برای او مفید است و ارتباط با چه کسانی برای او غیرمفید و حتّی مضر می‌باشد. ممکن است یک صحبت و برخورد، حال انسان را متغیّر کند. برای بنده این مسئله بسیار اتّفاق افتاده است.

عزلت به‌معنای کناره‌گیری از افراد مختلف و جریانات غیرمفید و غیرضروری، و تصحیح روابط

است، نه گوشه‌گیری. انسان باید روابط خود را تصحیح کند، از روابطی که زائد است، بزند و ارتباطات خود را بر اساس ضروریات تنظیم کند. و این مسائل حتی در ارتباط با رفیق نیز باید ملاحظه شود تا اینکه ارتباطات هدفمند باشد.

۴. روزه‌داری

رسول خدا صلی‌اللَه‌علیه‌وآله تمام این دو ماه (رجب و شعبان) را روزه می‌گرفتند. بزرگان هم بر حسب آن وضعیتی که داشتند، همین کار را انجام می‌دادند.

روزهٔ ماه شعبان، مقدمه برای استعداد و آمادگیِ تلقّیِ فیوضات و انوار الهی است، و خیلی این مسئله قابل توجه است. در هرجا [خداوند بندگانش را] برای چنین عنایات و فیوضاتی دعوت کرده است، در آنجا شما [سفارش به] روزه را مشاهده می‌کنید: [مثلاً می‌گویند] روزه بگیرد و بعد این کار را بکند، [یا] برای برآورده‌شدن حاجات، سه روز را روزه بگیرد و بعد چه کند، [یا] روز قبل از لیلةالرغائب را روزه بگیرد.

در تمام این موارد ما مشاهده می‌کنیم که روزه،

نقش مهمی برای تلقّی این عنایات و فیوضات دارد.

لذا خیلی به روزهٔ این دو ماه توصیه شده است و خیلی آثار پُربرکتی برای آن وارد است؛ البته برای کسی که مانعی نداشته باشد، ناراحتی نداشته باشد، ضعف بر او غلبه نکند، موقعیّت و شرایطش مناسب باشد؛ و اگر نه، به همان مقدار اندک اکتفا کند: میزان غذا را در این سه ماه پایین بیاورد، تا اینکه نفْس، بهتر بتواند از آن عنایات و بارقه‌ها و نفحاتی که بر قلب می‌وزد، بهره‌مند بشود و خودش را درگیر غذا و جهاز هاضمه نکند. آزاد باشد! وقتی که آزاد بود، این نفحات را بهتر می‌تواند تلقی کند.

لذا مرحوم علامهٔ طهرانی می‌فرمودند که رفقا سعی کنند حدّاقل هفته‌ای سه روز را در ماه رجب و شعبان روزه بگیرند، حالا آن چهار روزِ دیگر بسته به میل خودشان؛ ولی سه روز را بگیرند که این فضیلت روزه را از دست ندهند. تا یک روز غذا می‌خورند و خلاصه بدن می‌خواهد دوباره عادت کند، فردا دوباره روزه می‌آید و این مسئله را استمرار می‌دهد و جلو می‌برد. برای افرادی هم که روزه برای آنها هیچ

مسئله و مشکلی نیست، همهٔ ماه را روزه بگیرند؛ چه عیب دارد؟! همهٔ ماه شعبان را روزه بگیرند و از برکات و فوائدی که بر روزه و صائمین مترتّب است، بهره بگیرند و متنعّم باشند.

۵. رعایت سکوت و حفظ آرامش

یکی دیگر از دستورات بسیار مهمّ بزرگان دربارهٔ ماه شعبان، مسئلهٔ صحبت‌نکردن و حفظ آرامش است. صحبتِ زیاد، و عمر را به صحبت گذراندن، از مایه و از کیسه خوردن است و [باعث] ازدست دادنِ اعمالِ انجام‌شده است.

مرحوم علامهٔ طهرانی می‌فرمودند که رفقا بعد از جلسات با هم کمتر صحبت کنند، حتی با عیالاتشان هم بعد از جلسات کمتر صحبت کنند. و صحبت‌های عادی هم، باید با رعایت شرایط طرف مقابل، در حول‌وحوش مطالب مفید باشد. یکی حالش حال صحبت‌کردن نیست و می‌خواهد در خودش باشد، ساکت باشد، می‌آیند پیش او می‌نشینند [و مثلاً می‌گویند:] «آقا راستی می‌دانید دیروز فلانی چه کرده است؟!» تمام آن حال، همه از بین می‌رود! به‌خصوص در ماه‌های حرام یا محترم،

مانند رجب و شعبان و رمضان؛ و همین‌طور در زمان‌های خاص که لطف و عنایت پروردگار در آن اوقات، شکل دیگری دارد، ما می‌بینیم در چنین موقعیت‌هایی فرصت را از دست می‌دهیم. یعنی درست همان موقعی که می‌خواهد رحمتی بر شخصی بیاید، بارقه‌ای و نفحه‌ای بر او بیاید، یا خودش صحبت می‌کند، یا یک‌مرتبه رفیقِ کنارش می‌گوید: «آی فلانی...!» چه شد؟! تمام شد و رفت! حالا [خدا می‌داند] کِی دوباره [آن بارقه] می‌آید!

آن رحمت پروردگار و آن بارقه، بر دل آرام می‌نشیند، نه بر آن دلی که دارد حرف می‌زند. چون او در حال تَمَوُّج و گردش و اضطراب است، و جاذبه‌ها و نفحات الهی بر قلب مضطرب وارد نمی‌شود. دل باید آرام باشد، دل باید متوجّه باشد تا آنها بتوانند بیایند.

یک‌وقت مرحوم قاضی رضوان‌اللَه‌علیه در مجلس نشسته بودند و راجع به حضور صحبت می‌کردند که «حضور را مغتنم بشمارید.» حضور یعنی جمعیّتِ خاطر و جمع‌شدن و توجّه به مبدأ

داشتن و درخودبودن. می‌فرمودند این را خیلی مغتنم بدانید. در این موقع شخصی که از کوچه رد می‌شد به دیوار می‌زند و یک صدای «تَق» می‌آید. [ایشان] فرمودند در بعضی از اوقات همین صدای «تَق»، آن حضور را از بین می‌برد و دیگر نمی‌آید. یعنی می‌بایست در آن لحظه بیاید و به قلب بخورد، اما این صدای «تَق» باعث شد که قلب تشویش پیدا کند.

لذا مرحوم علامهٔ طهرانی خیلی بر سکوت تأکید داشتند؛ حتی [گفتنِ] مطالب مفید! [نهی] مطالب غیرمفید که اختصاص به این ماه‌ها ندارد! مطالبی که همه در مجالس می‌گویند: «فلان چیز ارزان شد؛ گران شد...» این مطالبی که همه‌اش سر و ته یک کرباس هم ارزش ندارد همه‌جا هست و انسان نباید چه در این ماه‌ها و چه در غیر از این ماه‌ها خودش را به این مطالب بسپارد. اهل دنیا باید به این مطالب دل بسپرند و به‌خوبی هم از عهده‌اش برمی‌آیند و نیازی به حضور دغدغهٔ خاطر ما نیست! ما از این نظر دغدغهٔ خاطری نداشته باشیم و بحمداللَه خداوند افرادی را خلق کرده است که به این مطالب بپردازند؛ راجع به این مطالب که جای

صحبت نیست [و همیشه ممنوع است]. و اما مطالب مفیدی هم هست که من‌حیث‌المجموع مطالب خوبی است [اما ضروری نیست]؛ باز هم انسان باید در این سه ماه مراقبت بیشتر داشته باشد و [در این موارد هم] سکوت را رعایت کند، مگر در موارد ضرورت که آن مطلب دیگری است.

باید دانست که صحبت‌کردن یکی از مهم‌ترین آفاتی است که این مهمان‌های پروردگار را از دل ما بیرون می‌کند! خیلی عجیب است؛ آن‌قدر که بزرگان راجع به این مسئله تذکر داده‌اند، دربارهٔ سایر مسائل سفارش نکرده‌اند!

۷. مطالعهٔ احوال بزرگان و اشعار اولیاء الهی

مطالعه‌کردن احوال بزرگان، قصص بزرگان، کتاب‌های اخلاقی، کتاب‌های مرحوم علامهٔ طهرانی، در مسائل مختلف خیلی برای انسان می‌تواند کارساز باشد. همچنین اشعار بزرگان و اولیاء را گاهی زمزمه‌کردن و توجه‌کردن به معانیِ آن بسیار راهگشاست. هر روز انسان مثلاً چند خط شعر از خواجه‌حافظ شیراز یا مولانا یا اولیاء و بزرگان دیگر

را مطالعه کند و مفاد آن را در حدود ظرفیت خودش مطالعه کند. خواندن این اشعار، انسان را از این عالم تکثّرات خارج می‌کند، و انسان خودش متوجه می‌شود که چطور با واردشدن در مطالعهٔ احوال بزرگان و این اشعار، این حالت برای او پیدا می‌شود.

۸. زیارت اهل قبور

هفته‌ای یک بار به زیارت اهل قبور رفتن و برای آنها طلب مغفرت کردن [مورد تأکید است]. البته نه اینکه انسان هر روز برود؛ هفته‌ای یک بار، آن هم نه ظهر و شب، بلکه پنج‌شنبه، بین‌الطلوعین به قبرستان برود.

الان که دیگر قبرستان‌ها پارک و باغ شده است! این قبرستان‌ها نه‌تنها انسان را از کثرت بیرون نمی‌آورد، بلکه انسان را متوجّه کثرات و دنیا می‌کند. قبرستانی پیدا کنید مثل همین قبرستان حاج شیخ در قم [یعنی قبرستان نو]، قبرستان وادی‌السلام [در نجف]. باید انسان به قبرستانی برود که نگاه به آن قبرستان او را تکان بدهد، بلرزاند، او را متوجه کند که فردا نوبت اوست. و همان‌طوری که بزرگان فرموده‌اند، برویم کنار قبرستان بنشینیم و یک فاتحه

بخوانیم و بعد به تفکر و سکوت بپردازیم؛ اثر این سکوت در نفس، از قرآن‌خواندن بیشتر است. البته بعد از آن یک سورهٔ تبارک، یک سورهٔ یاسین، انسان برای اهداء ثواب برای آنها هم بخواند.[1]

۹. عیادت بیماران و رسیدگی به امور آنان

عیادت مَرضیٰ و رسیدگی به امور بیماران به حال انسان سرعت می‌بخشد.[2]

انسان باید به دیدن مریض برود و از مریض عیادت کند. منظور از عیادت مریض، خشنودی و خوشحالی او از انسان است؛ لذا مستحب است که انسان چیزی ببرد، چون مریض دل‌شکسته است و اگر انسان به زیارت و ملاقاتش برود و تحفه‌ای ولو مختصر، مثل یک دانه سیب یا یک دانه بِه برای او ببرد، او خوشحال می‌شود.[3]

۱۰. صلهٔ رحم و رفع اختلاف میان افراد

از جمله مسائلی که در ماه رجب مورد تأکید

---

[1] ۱ همان، جلسهٔ ۱۴۴.

[2] همان، جلسهٔ ۹۲.

[3] مبانی اخلاق در آیات و روایات، ج ۲، ص ۱۶۹.

بزرگان بوده است، مسئله صلهٔ رحم و و رفع اختلاف بین دو نفر است.

از جمله مسائلی که در ماه شعبان مورد تأکید بزرگان بوده است، مسئله صله رحم و اصلاح ذاتُ البین و رفعِ نِقار و اختلاف بین دو نفر است.

علامهٔ طهرانی رضوان‌اللَه‌علیه در ارتباط با اهمیت مسئلهٔ صلهٔ رحم می‌فرمایند:

> چقدر خوب است مساعدت به ارحام و نزدیکان! یکی از کلیدهایی (کلیدهای آسمان) که خیلی خیلی محکم است، و به‌واسطهٔ رسیدگی به اقرباء و نزدیکان باز می‌شود، همین صلهٔ رحم است!
>
> صلهٔ رحم یعنی به‌دست آوردن دل شخص، خشنود کردن او، و به‌طریق احسن، قضاء حوائج اوست.[1]

۱۱. ذکر مدام و وِرد

ذکر یعنی انسان در حال توجه باشد، حالا چه اینکه ذکری بگوید یا نگوید. انسان همیشه باید خدا را حاضر و ناظر ببیند و هیچ‌وقت حضور خدا را

---

[1] همان، ج۱، ص ۱۱۵.

فراموش نکند. اگر شخصی در منزل باشد، انسان چقدر حواسش جمع است و متذکّر است؟! یک مقداری هم به خدا بها بدهد![1]

یکی دیگر از مسائلی که در ماه‌های رجب و شعبان و رمضان خیلی مؤکد است، ذکر مدامی است که انسان دارد. ذکر مدام ذکری است که عدد ندارد و انسان بدون عدد می‌تواند آن ذکر را بگوید. این را ذکر مدام می‌گویند. جزء اذکار عددیه نیست و اشکالی هم ندارد که شخص بگوید. مثل ذکر **لا إلهَ إلاّ اللّه**. همین‌طور به‌نحو مدام انسان بگوید؛ دارد راه می‌رود **لا إلهَ إلاّ اللّه** بگوید، نشسته است، آرام بدون اینکه حتی کسی هم بفهمد یا مثلاً دهان او حرکتی داشته باشد، ذکر **لا إلهَ إلاّ اللّه** بگوید. این خیلی مناسب است.

یکی از آن اذکار، ذکر یونسیه است که ﴿لا إلهَ إلاّ أنتَ سُبحانَك إنّی کنتُ مِنَ الظّالِمین﴾[2] است که توصیه شده بدون عدد [باشد]. اگر کسی می‌تواند

---

[1] شرح حدیث عنوان بصری، جلسهٔ ۱.

[2] سورهٔ انبیاء (۲۱) آیهٔ ۸۷.

مثلاً صد مرتبه [در] بین الطّلوعین بگوید؛ اگر یکی می‌تواند، دویست مرتبه بگوید.

این ذکر یونسیه بسیار مهم است، منتها بدون عدد: پنجاه مرتبه، هفتاد مرتبه، صد مرتبه، صدوپنجاه مرتبه؛ هرکسی به آن مقداری که خسته نشود. خیلی [روی این ذکر] بزرگان تأکید کرده‌اند، و خود حقیر از مرحوم آقای حدّاد رضوان‌اللَه‌علیه شنیدم که ایشان می‌فرمودند:

«گنج‌هایی در این ذکر یونسیه نهفته است و اگر شخصی مداومت داشته باشد، خداوند او را به نعمات خیلی بزرگی می‌رساند.»[1]

ادعیهٔ مورد تأکید اولیاء در ماه شعبان

۱.مناجات شعبانیه

از جمله مطالبی که در ماه شعبان باید به آن توجه داشت، قرائت ادعیهٔ ماه شعبان و به‌خصوص مناجات شعبانیه است، که بسیار بسیار مضامین عالی دارد، و بزرگان بعضی از فقرات مناجات شعبانیه را اصلاً به‌طور کلی در دعای قنوتشان می‌خواندند؛ [مثلاً:] «**إلهی هَب لی کمالَ الإنقِطاعِ إلیك**» تا آخر [این

---

[1] شرح حدیث عنوان بصری، جلسهٔ ۸.

فقره]. واقعاً این مناجات امیرالمؤمنین علیه‌السلام، مناجات عجیبی است، که انسان را اصلاً عوض می‌کند، حال‌وهوای انسان را عوض می‌کند. چه خوب است آنهایی که با زبان عربی آشنایی ندارند، این مناجات را با ترجمهٔ صحیح مطالعه کنند، و هنگام خواندن مناجات، از معانی و مفاهیمش هم استفاده کنند. گرچه قرائتِ دعاهایی که از ائمه علیهم‌السلام برای ما بیان شده، به‌تنهایی [و بدون فهم کامل معنا] خوب است و ثواب دارد و انسان را حرکت می‌دهد، اما فهم این معانی و رسیدن به این مطالب و مفاهیم، یک بهرهٔ دیگری به انسان می‌دهد. وقتی انسان این دعا را با همان معانیِ خودش بخواهد بفهمد و بخواند، خیلی تفاوت می‌کند تا اینکه بخواهد فقط به الفاظ بپردازد.

بنده به‌یاد دارم در زمان حیات مرحوم علامهٔ طهرانی رضوان‌اللَه‌تعالی‌علیه، تا آنجایی که در خدمت ایشان بودم، هر شبِ ماه شعبان را به قرائت یا شنیدن مناجات شعبانیه مشغول بودند و همین‌طور اشک از چشمانشان می‌آمد. و خودشان هم تأکید

داشتند که حتی در روز، و حتی در بعدازظهرهای جمعه به‌جای دعای سمات، این مناجات شعبانیه خوب است قرائت بشود و از انسان از فیوضات این دعا بهره‌مند شود.[1]

۲. دعای مکارم‌الأخلاق

خواندن دعای مکارم‌الأخلاق به‌خصوص در ماه رجب و شعبان بسیار عالی است. اگر انسان هر روز هم نمی‌خواند، هفته‌ای یک بار بخواند.

۳. سایر ادعیه

همچنین زیارت جامعهٔ کبیره، مناجات خمسة‌عشر حضرت سجّاد علیه‌السلام، در ماه رجب و شعبان مورد توصیه بزرگان بوده است.

پیغمبر به‌خصوص در ماه رجب و شعبان این دعا را خیلی می‌خواندند: «اللَهمَّ لا تَکِلنا إلیٰ أنفُسِنا طَرفَةَ عَینٍ أبداً؛ **خدایا به‌اندازهٔ یک پلک چشم به هم زدن، ما را به خودمان وامگذار.» یعنی افکار ما را خودت به‌دست بگیر، نیّات ما را خودت اصلاح کن، قلب ما را خودت مباشرت کن. خودت قلب ما را در دست بگیر که آنچه برای ما و راه ما [به‌صلاح]**

---

[1] همان، جلسهٔ ۱۹۹.

است خودت برای ما پیش بیاوری و توفیق بدهی و از آنچه موجب اِعوِجاج از طریق و مسیر اولیائت است، خودت ما را حفظ کنی.

نیمهٔشعبان و اعمال آن

روز نیمهٔشعبان، ولادت حضرت صاحب‌الأمر عجل‌اللَه‌تعالی‌فرجه‌الشریف است و شب نیمهٔشعبان از شب‌هایی است که احیاء آن بسیار احیای مهمی است. من در تمام مدت عمرم با مرحوم والد، علامهٔ طهرانی رضوان‌اللَه‌علیه ندیدم که ایشان در شب نیمهٔشعبان خواب باشند، و اگر استراحت می‌کردند، یک نیم‌ساعتی، یک‌ساعتی بود و بقیه‌اش را بیدار بودند و به دوستان خودشان هم توصیه می‌کردند که شب نیمه را احیا بگیرند و خودشان هم در همان شب، دعای کمیل می‌خواندند.

خلاصه در آن شب، خیلی چیزها گیر انسان می‌آید! آنچه من از ایشان و حتی اساتید ایشان شنیدم این بود که «در شب نیمهٔشعبان خیلی مسائل هست.» اگر من از اسرار شب نیمهٔ شعبان ـ که مجاز به گفتنش نیستم ـ بخواهم برای رفقا بگویم، از الان بیداری می‌کشند و تا شب نیمهٔشعبان خودشان را

آماده می‌کنند! این‌قدر مهم است! مرحوم علامهٔ طهرانی می‌فرمودند: «آنچه به ما دادند از شب نیمهٔ‌شعبان دادند!» [یعنی] آن فتح‌بابی که برای ایشان شد و آن مسائلی که پیدا شد، همه به‌خاطر این مسئله بوده است.

مهم‌ترین قضیه در شب نیمهٔ‌شعبان این است که ظهورِ «ولایت کلیهٔ الهیهٔ حَیّ» در آن شب اتفاق می‌افتد و به‌واسطهٔ نفس قدسیِ آن حضرت، برکات بر همهٔ عوالم ساری و جاری می‌شود. شبی است که مقام ولایتِ حقّه و حیّ در عالَمِ وجود، ظهورِ ناسوتی پیدا کرده و به‌واسطهٔ این، آن تجلّیِ اعظمِ پروردگار تحقق خارجی پیدا کرده است.

لذا مناسب است که رفقا مجتمعاً یا غیرمجتمعاً شب نیمه را احیا بدارند؛ و خلاصه شب، شبِ مهمی است باید خیلی غنیمت شمرد و انسان به صحبت و مطالب عادی نگذراند.

شرح برخی از فقرات مناجات شعبانیه

[امیرالمؤمنین علیه‌السلام در مناجات شعبانیه به خداوند عرضه می‌دارد:] «**إلهی هَب لی کَمالَ الإنقِطاعِ إلیك**؛ خدایا کمالِ انقطاع را نصیب من کن»؛ یعنی من

از همه‌چیز ببُرم: فکرم، عقلم، نفْسم، تعلقاتم، همهٔ اینها قطع شود و فقط یك تعلق بماند و آن تعلق رسیدن به توست. «إنقَطَعَ إلیه» یعنی به آن رسید، از همه‌جا بُرید و به این نقطه وصل شد. این را می‌دنیوگ«عاطقنا» سپ] . تسا نیا ترابع یانعم:] ایادخ، و وت هب لاصتا هب و ناشچبنم هب و نکنم بیصنار قلخ زا عاطقنا ۀیحان زا شِشخب مه شدوخ نیا هک ؛شخببنم اِضیف ۀطساوهب نم و تسوتین بخشش است که می‌توانم به تو منقطع بشوم.

خیلی عجیب است! انسان وقتی چنین حالاتی به او دست می‌دهد ـ البته یک ذره‌ای! [و الّا] کجا آنچه را بزرگان ادراک می‌کرده‌اند، ما می‌فهمیم؟! ـ تازه می‌فهمد عجب! تازه کلمات بزرگان را یک مقداری ـ بفهمی‌نفهمی! ـ یک‌خرده می‌تواند تجزیه و تحلیل کند. تازه مقداری می‌تواند روی دعای ابی‌حمزهٔ حضرت سجّاد فکر کند. تازه مقداری می‌تواند روی مناجات شعبانیه تأمل کند. تازه دعای عرفه حضرت سیدالشهداء را می‌تواند بخواند. ببیند حضرت که این دعا را می‌خواند و مثل

ابر بهار گریه می‌کرد، برای چه بوده! آیا این گریه‌ها همه مصنوعی بوده؟! می‌خواسته‌اند به ما یاد بدهند؟! برای چه حضرت همین‌طور می‌خوانَد و متحوّل و منقلب می‌شود؟!

«و أنِر أبصارَ قلوبِنا بِضیاءِ نَظَرِها إلیك؛ **چشمِ دلِ ما را به‌واسطهٔ آن روشناییِ دیدار، باز کن!**»

[یعنی] وقتی این چشمِ دل ما به تو نظر می‌کند، باز شود؛ [در این صورت] تو را فقط می‌بیند و تو را مؤثر می‌بیند، و تو را همه‌چیز می‌بیند و تو را مسبِّب‌الأسباب می‌بیند و همهٔ عالم را از وجود تو می‌بیند و تو را در همهٔ امور ساری و جاری می‌بیند.

اگر ما کمی به این مسائل معرفت داشتیم قضایا چه می‌شد؟! آن وقت این حرفها را می‌زدیم؟! این کارها را می‌کردیم؟! آیا دیده‌ایم یکی از این حرف‌هایی را که همه‌جا مثل نقل و نبات می‌زنند، بزرگان بزنند؟!

«حتّیٰ تَخرِقَ أبصارُ القلوبِ حُجُبَ النّورِ؛ **تا اینکه نه‌تنها از حجاب‌های کثرت و مردم ظلمانی و عالَمِ دَنیّ و دنیا و شهوات و هواها و هوس‌ها [عبور کنیم، بلکه] از عوالم نورانی و عوالم معنا رد بشویم.**

[در] حجاب‌های نور و عوالم و کثراتی که مربوط به حقایق عوالم ربوبی است، و در نعمات تو را که در آن عوالم می‌بینیم [نیز] متوقف نشویم، [بلکه] از ماسوای تو هم که آنها ظهور آثار جمال و جلال تو هستند، بگذریم.»

مرحوم علامهٔ طهرانی از قول مرحوم حدّاد رضوان‌اللَه‌علیهما می‌فرمودند:

گاهی از اوقات اتفاق می‌افتد که مرا از عوالمی عبور می‌دهند که تا بخواهم ببینم در آن عوالم چه خبر بوده و چه مسائلی بوده است، می‌بینم مرا از عوالم دیگری عبور داده‌اند و عوالم دیگری را رد کرده‌ام و عالم قبلی اصلاً رفته است!

می‌دانید چه مسائلی؟! همین‌قدر بگویم نسبتِ یکی از آن عوالم به عالم ماده با تمام [بزرگی‌ای] که دارد، نسبتِ یک قطره به دریاست. دیگر چه بگویم؟! آن عالم هم به نسبت عالم بالاتر خود همین‌طور.

این‌ها حجاب‌های نورانی است که باید از آن عبور کند و نباید بماند. [گرچه] همهٔ اینها در نفس قرار دارد و بعداً یکی‌یکی به سراغ آنها می‌آید، [اما] فعلاً باید عبور کند. از آثار و خصوصیات جمالیهٔ

پروردگار و نعمت‌های عوالم دیگر که عوالم مثال و ملکوت و اینهاست باید عبور کند.

یکی از دوستان می‌گفت:

من داشتم راجع به آثار جمال با خودم فکر می‌کردم که جمال پروردگار وقتی تجلی می‌کند چه مرتبه‌ای می‌تواند داشته باشد؟ یک‌مرتبه دیدم یک ظهور از آن ظهورهای جمال آمد و بر دلم خورد و از آن حقیقت جمالی که مشاهده کردم حالتی در نفس و قلبم پیش آمد که اگر آن حالت را به تمام اهل کرهٔ زمین تقسیم می‌کردند، همهٔ آنها مست و حیران از خودبی‌خود می‌شدند!

اینها همه «**حُجُبَ النّور**» است. از این‌ها باید عبور کرد. ببینید آن بالا چه خبر است که حضرت می‌گوید: «ما را از اینها عبور بده!» آنجا قضیه چیست؟!

شخصی از همین آشنایان که هنوز در قید حیات است برای خود من تعریف می‌کردند:

در زمان شاه من صبح برای دیدن رفیقم که در بیمارستان بود به آنجا رفته بودم. همین‌طور فکر می‌کردم که سالک باید از این آثار جمال بگذرد و نگاه نکند، توجه نکند، فکر نکند. در همین حین، یک‌دفعه یک پرستار آمد، نمی‌دانم سِرُم

بزند، [یا] سِرُم را عوض کند. (آن موقع هم حجاب درستی که نبود). من چشمم به او افتاد و دیگر محو جمال او شدم. دیگر فکر و ذکر من در این مسئله بود. و بعد شب سه‌شنبه‌ای بود که به مسجد [قائم] رفتیم و مرحوم آقا (علامهٔ طهرانی) هم مشغول صحبت بودند. در حینی که نشسته بودم و داشتم به آقا نگاه می‌کردم ولی فکرم در بیمارستان بود، یک‌دفعه آقا که داشتند صحبت می‌کردند فرمودند: «بله! آقایان می‌گویند "ما باید از جمال بگذریم!" بابا نگاه کردن به دستِ یک زن، تو را گیج می‌کند! آن‌وقت می‌گویند "[از جلوه‌های جمال پروردگار] بگذریم"! تو که از یک نگاه کردن آن‌قدر فکرت مشغول می‌شود، چطور می‌توانی از حورالعین بگذری؟! حورالعین را چه می‌کنی؟!

این کار هرکسی نیست! چون آن‌ها «**حُجُبَ النّور**» است دیگر؛ آن نور مربوط به عوالم ربوبی است.

یک‌وقت مرحوم علامهٔ طهرانی رضوان‌اللَه‌علیه می‌فرمودند:

اگر خداوند جمالش را در قالب حورالعین و امثال ذلک، به شخصی بدون آمادگی و استعداد بنمایاند، او دیگر در دنیا نمی‌تواند زندگی کند و

توان گذران دنیا را ندارد.

اینها را خدا فعلاً نشان نمی‌دهد؛ می‌گذارد برای آن‌موقع. می‌گوید اینها باشد بعداً! فعلاً اوضاع دنیا را بگذران، برای آنجا طلبت باشد.

اما خب آنهایی که این مطالب را گذرانده‌اند [ظرفیتِ مشاهدهٔ این جمال را دارند.] شما همین‌طور [ساده] نگاه نکنید که شخصی دارای مقاماتی، موقعیتی و خصوصیاتی است؛ همین‌طوری که نمی‌شود!

[روی همین جهت است که] امیرالمؤمنین علیه‌السلام عرضه می‌دارد: «**حتّیٰ تَخرِقَ أبصارُ القلوبِ حُجُبَ النّورِ.**» [یعنی] این چشم دل و بصیرت و تحمل و سعهٔ وجودیِ ما را که [آن را هم] تو داده‌ای، حجاب‌های نور را پاره کند و کنار بزند، و ما را به همان نقطهٔ مقصود و غایتِ منظور برساند. [تا] ما در اینجا، در این مسائل [و حجاب‌هایی از قبیلِ] علم غیب، مکاشفات و شهودها، نایستیم؛ از اینها عبور کنیم.

حالت استعداد و آمادگی‌ای که قلب با آن حالت می‌تواند مشاهده کند، آن را می‌گویند «أبصارُ

القلوبِ؛ **چشم قلب.**» حتّىٰ تَخرِقَ أبصارُ القلوبِ حُجُبَ النّورِ، [**یعنی چشم قلب**] **حجاب‌های نور را کنار بزند**، فَتَصِلَ إلىٰ معدنِ العَظَمَةِ، [**یعنی**] **برسد به همان معدن عظمت که مقام ذات پروردگار است. جایگاه عظمت**، [**یعنی**] **همان حقیقت وجود صرف، همان معنای بسیط‌الحقیقة، همان معنای ذات لایتناهی که آن معدن و منشأ است برای همهٔ اسماء و صفات کلیّه.**

امیرالمؤمنین می‌فرماید ما [باید به آنجا] برسیم؛ حواسمان جمع باشد به این عوالم پایین، دل خوش نکنیم!

«و تَصیرَ أرواحُنا مُعَلَّقَةً بِعِزِّ قُدسِكَ؛ **و ارواح ما در عِزّ قدسِ تو، به حالِ پرواز دربیاید.**»

[همچنین حضرت در فقرهٔ دیگری عرضه می‌دارند:]

«إلهی و ألحِقنی بِنورِ عِزِّكَ الأبهَج؛ **خدایا مرا به آن نور عِزّ اَبهَج، که دارای بهاء و تشعشع بیشتر است و بالاترین مرتبه است، مرا به آن مرتبه ملحق کن.**»

نور مقام عزت یعنی مقام فناء ذات! امیرالمؤمنین علیه السلام صریح دارد این را می‌گوید.

آن نوری که وقتی در مقام عزّت پروردگار بتابد، دیگر غیری را باقی نمی‌گذارد! امیرالمؤمنین عرضه می‌دارد خدایا مرا ببر آنجا که آن نور عزّت بزند و تمام شراشر وجود ما را قطع کند و تمام آثار وجود ما را از بین ببرد و تمام انانیّت‌ها و آثار نفس ما را مُضمَحِل کند و هیچ چیزی از وجود ما [نگه ندارد،] حتی همان وجود ثابت ما را هم از بین ببرد. چون در مقام تجلی آن نور عزت، دیگر حتی «عین ثابت»، یعنی همان نقطهٔ شروعِ هر شخص که همراه با آن، خصوصیت و هویّت خارجی او نمودار می‌شود، آن هم حتی باقی نمی‌ماند!

این [فقرهٔ مناجات شعبانیه] یکی از ادلهٔ منقوله‌ای است که دلالت بر فناء ذاتی می‌کند. چون مقام نور عزّت هیچ چیزی را جز ذات پروردگار نمی‌تواند تحمل کند. «غیرتش غیر در جهان نگذاشت». وقتی غیرت خدا تجلی می‌کند، دیگر غیری باقی نمی‌ماند. پس معلوم می‌شود در این‌جا این‌طور نبوده که فقط او باشد، [بلکه] غیر او هم بوده است.

إلهی و ألحِقنی بِنورِ عِزِّكَ الأبهَج! خیلی عبارت

عجیبی است! دلالت می‌کند بر اینکه حضرت فقط و فقط از خدای متعال طلب فنای ذاتی را طلب می‌کند، که حتی ذاتِ مرا هم باقی نگذار. صفات را که از بین می‌بری، اسماء را که از بین می‌بری، خصوصیات، آن هویّت که «من» را تشکیل می‌دهد، آن منیتِ مرا، آن را هم که از بین می‌بری، خود مرا هم از بین ببر.

و ألحِقنی بِنورِ عِزِّكَ الأبهَج، فأكونَ لَكَ عارِفاً!

حالا [با ملحق شدن به نور عزّ اَبهَج] مرا عارف به حقیقت ذات خودت قرار بده. پس من اگر در نور عِزّ اَبهَجِ تو وارد نشوم، عارف نیستم؛ به بخشی از آثار و مظاهر و خصوصیاتِ ذات تو عارفم.

و عن سِواكَ مُنحَرِفاً و مِنكَ خائِفاً مُراقِباً، یا ذَا الجَلالِ و الإكرام. [یعنی] از هر چیزی که سوای توست، من بر کنار باشم، و همیشه در حال خشیت از تو و مراقبِ حضور در مقام عزّ تو باشم. این را می‌گویند مراقبت در آن مرتبه.

این دعای قنوتی بود که از مناجات شعبانیّه است و بزرگان این دعا را می‌خوانند؛ خیلی خوب است رفقا حفظ کنند و خیلی از دعاهای قنوتشان را

با این انجام بدهند.