 هو العلیم

اعمال ماه شعبان و اهمیت آن

و سیرۀ ائمه و اولیاء الهی در این ماه

بسم اللَه الرّحمن الرّحیم

 ‌مقالۀ 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 شعبانُ شَهری، و رمضانُ شَهرُ أُمَّتی.[[1]](#footnote-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 دعوت‌نامۀ 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 خودت مربوط است؛ ما دعوت را فرستادیم: و مَوائِدَ المُستَطعِمينَ مُعَدَّة![[2]](#footnote-2) كارت هم فرستاده‌اند؛ همان دعوت انبياء و ائمه! و همۀ اين رواياتى كه داريم، كارت‌های دعوت است كه براى ما فرستاده‏اند.

# آمادگی پیدا کردن برای ورود به ماه شعبان

 بزرگان دستور می‌دادند كه براى ورود به اين اَشهُرِ مباركه (ماه رجب و شعبان‏ و رمضان) از قبل خودتان را آماده كنيد تا قلبتان براى وفود در اين ماه آماده باشد.

 آمادگى اين است كه انسان وقتى می‌خواهد وارد ماه رجب و شعبان بشود قلب خودش را بگذارد روى دستش و بگويد: «خدايا اين قلب من! هرچه مى‏خواهى خودت در آن بريز و وارد کن! آنچه براى من لازم است خودت در آن بريز، نه آن چيزى كه من مى‏خواهم؛ [زیرا آگاه نیستم] آن چيزى كه من می‌دانم، آيا به صلاح من است؟ براى من مفيد است؟ موجب سدّ راه من نيست؟» آن‌وقت این می‌شود آمادگی. اگر اين‏طور شد، بسیار خب! خدا هم كه بخيل نيست!

# ویژگی‌های ماه شعبان

 ماه شعبان یک جنبۀ خاصی دارد که طبق بعضى از آثار و احاديث، رسول خدا صلى‌اللَه‌عليه‌و‌آله دربارۀ آن فرموده‌اند: «شعبان متعلق به من است.»[[3]](#footnote-3) خصوصيت اين ماه اين است كه در آن بهاء و عظمت نزولاتِ الهى توأم با يك نوع نشاط و سرور و فرح و انبساط است. اين قضيه در ماه رجب نيست، در ماه رمضان هم به يك نحو ديگر است. ماه رمضان، ماه رحمت است و انسان اين را احساس می‌کند؛ در ماه رجب هم جنبۀ توحيدى غلبه دارد؛ اما ماه شعبان ماهى است كه در عين اينكه جنبۀ روحانيش خيلى شديد است، توأم با يك نوع حالت انبساط روح و اِنشراحِ صدر و بشاشَت است كه اقتضاى تعلق اين ماه به نفس رسول‌اللَه صلى‌اللَه عليه‌و‌آله هم، همين كيفيت است. چنان‌که از بعضى بزرگان نقل شده است که همان حال‌و‌هوایى كه در چنین زمینه‌هایی براى آنها پيش می‌آمد، آنها در ماه شعبان اين مطلب را احساس مى‏كردند و تعلقش را به نفس آن حضرت كاملاً درمی‌یافتند.

 لذا خيلى اين مسئله مهم است كه چطور خداى متعال قبل از وارد‌شدن در ماه مبارك رمضان، ماه شعبان را قرار داد و اين هم از اسرار است كه ماه مبارك بعد از رجب نيست، ماه رجب می‌آید، آن تاثيرِ توحيدىِ خود را مى‏گذارد، بعد يك انشراح صدر براى انسان در ماه شعبان پيدا مى‏شود و بعد وارد آن رحمت خاصه در ماه رمضان مى‏شود. تركيبى كه در اينجا خداى متعال لحاظ كرده است، اين نشان‌دادن اطوار مختلفِ ظهور اوست كه 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 ميل براى حركت به‌سوى او بالا مى‏رود؛ اين خصوصيت ماه شعبان است. كأنّ می‌توان گفت آن استفاده‏اى كه بعداً از ماه رمضان می‌شود، مقدمه و شروعش از شعبان است.

 در ماه شعبان است كه فيوضات الهى جنبۀ كثرتى پيدا مى‏كند؛ البته براى كسانى كه استعداد و قابليت ادراك اين مطلب را دارند به مرتبۀ ظهور و بروز خارجى مى‏رسد، كأنّ سالك در ماه شعبان‌، جنبۀ بقا را ملاحظه می‌کند و از یک‌یکِ حقایقى كه در ماه رجب تلقّى كرده، در ماه شعبان پرده‏بردارى مى‏شود. تا اینکه به ماه رمضان می‌رسد، و در ماه رمضان، با وارد‌شدن در رحمتِ واسعۀ پروردگار، تجلی جنبۀ عبودیت به آن کیفیت خواهد بود.

 عبارت مرحوم علامۀ طهرانی و بزرگان اين بود: «اين سه ماه، منت الهى است براى سالكان راه خدا»؛ يعنى يكى از منت‏هاى عظيم پروردگار براى سالکان و مُريدين طريقِ الَى‌اللَه اين است كه خداى متعال در اين سه ماه عنايت خاصى نسبت به بندگان دارد.

# دستورات اولیاء الهی راجع به ماه شعبان

## 1. مراقبه

 مراقبه یعنی سالک در جمیع احوال مراقب و مواظب باشد تا از آنچه وظیفۀ اوست تخطّى ننماید. مراقبه معناى عامّى است و به اختلاف مقامات و درجات و منازلِ سالک، تفاوت مى‌کند. در ابتداى امر سلوک، مراقبه‌ عبارت است از آنکه از آنچه به دردِ دین و دنیاى او نمى‌خورد اجتناب کند و از «ما لا یَعنى»[[4]](#footnote-4) دورى گزیند و سعى کند تا خلاف رضاى خدا در قول و فعل از او صادر نگردد.

 لذا در ماه شعبان بزرگان خيلى تاكيد بر مراقبه داشتند، و می‌فرمودند:

«خيلى مراقبه داشته باشيد شعبان از دست نرود؛ [چراکه] اين يك ظهور خاص است.»

 در اين ماه، انسان بايد در طول شبانه‌روز رعايت كند. بايد متوجه اين قضيه باشد و بداند كه اينها همه ارتباط دارند؛ يعنى خود نحوۀ استقرار نفس در روز، با شب يك ارتباط وثيقى دارد كه اقتضا می‌کند هم در روز و هم در شب، سالك نسبت به مسائل توجه كافى را داشته باشد.

 مسئلۀ مهم در تمام زندگى، مخصوصاً در این سه ماه (رجب، شعبان و رمضان) اين است كه هميشه در مسائلى كه می‌شنویم، شايعاتى كه می‌بینیم، مطالبى كه در منزل با آن برخورد می‌کنیم، از رفيق مى‏شنويم، [و به‌طور کلی] در ارتباط با ديگران [یا در ارتباط] با خودمان، تمام اينها را با آن جنبۀ عقلانى و مبانى‌ای كه به ما داده شده در نظر بگيريم، اگر موافق افتاد عمل كنيم و اگر موافق نيفتاد عمل نكنيم. عمل نكنيم، چون در روز قيامت كسى به داد ما نمی‌رسد.

 [البته] در همين دنيا هم كسى به داد ما نمی‌رسد، حالا روز قيامت به‌جاى خود! [حتی] در همين دنيا! واقعاً آدم در همين دنيا به مسائلى برخورد مى‏كند [که باعث عبرت اوست. مثلاً شخص به دیگری] می‌گوید: «من به‌خاطر تو اين را انجام دادم.» ‌طرفِ مقابل صریح می‌گوید: «می‌خواستی نکنی!» اینکه برای اين دنياست، تا چه رسد به روز آخرت، كه در آنجا «يومَ يَفِرُّ المَرءَ مِن أبيه، و صاحِبَتِهِ و بَنیه؛ [روزی است که] پسر از پدر فرار مى‏كند، [مرد] از زنش فرار می‌کند، از فرزندانش فرار می‌کند.» فرار می‌کند يعنى در آنجا فقط به كارهاى خودش می‌پردازد.

 بزرگان می‌فرمودند:

«در اين سه ماه خيلى مواظبت خودتان را بيشتر كنيد. تا به‌حال چطور مواظبت داشتيد؟ بر زبان و رفتار و افكار مواظبت داشتيد، [حال] مقدارى مواظبت را بيشتر كنيد.»

## 2. 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 خطورى مى‌آید، نگذارد درآنجا لانه کند و بماند، بلکه زود از ذهن خود دفع کند تا اینکه نفْس بتواند قابلیت ورود انوارى که از عالم ملکوت مى‌آید، پیدا کند. و بداند که با وجود خطورات و ذهنیات، دیگر جایى براى آن انوار و واردات نیست، لذا باید ذهن خود را آماده کند.

## 3. اصلاح تغذیه

 از جمله نكاتى كه مرحوم علامه طهرانی خيلى به آن اهتمام داشتند، كيفيت تغذيه بود؛ مى‏فرمودند:

در ماه رجب و ماه شعبان و رمضان، خوب است که سالك تغييرى در تغذيۀ خود به‌وجود بياورد و آن تغذيه به‌نحوى باشد كه در عين سبكى، بتواند او را براى انجام عبادات حفظ كند و نگه دارد.

 ايشان مى‏فرمودند:

در اين سه ماه انسان خوب است كه هيچ‌وقت احساس سيرى و ثقل نداشته باشد. غذايش به‌نحوى باشد كه هميشه احساس كند که غذا بر او مسلط نيست، معدۀ او را درگير نمى‏كند، و معده، فكرِ او را به‌خود مشغول نمی‌کند. اين مسئله براى جلب فيوضات و جَذَبات خيلى اهميت دارد.

 آنچه بنده از ايشان در يكى جلسات شنيدم، اين بود:

سالک توقع نداشته باشد آنچه را كه خداوند متعال براى بندگانش در ماه رجب تخصيص داده است، با معدۀ پُر، قسمت او بشود؛ اين مسئله انجام نخواهد شد!

## 3. شب‌زنده‌داری و تفکر

 شب‏هاى ماه رجب، شعبان و رمضان را خيلى بايد مواظب باشيد و ارزشش را بدانيد... رجب و رمضان يك خصوصياتى دارد؛ ماه شعبان هم يك تفاوتى دارد و خيلى مهم است.

 در ماه شعبان، اصلاً احياء نيمۀ‌شعبان خيلى فضيلت دارد و خود مرحوم آقا هم هر سال با رفقا و دوستان خودشان شب نيمۀ‌شعبان را احياء داشتند و دعاى كميل هم می‌خواندند.

 بيدارى خيلى مهم است، البته بهتر است انسان يكى‌دو ساعت بخوابد، تجديد قوا بكند، و بعد به بيدارى و پرداختن به اين امور ادامه بدهد؛ با خستگى صحيح نيست.

 مرحوم علامۀ طهرانی هم در روح مجرد فرموده‌اند كه بايد يك چيزى خورد كه بتواند نفس را با نشاط نگه دارد و سدّ جوع كند.[[5]](#footnote-5) منتها نه چيزِ سنگين؛ [بلکه] ميوه‏اى باشد، چاي با خرمايى باشد. انسان خودش را نبايد سنگين كند. تا چيزى مى‏خوريد و احساس می‌کنید دلتان را گرفت، ديگر بس كنيد، حتى اگر مقدار كمی مانده، آن را كنار بگذاريد. بگذاريد كه آن حالت نشاط و سبكىِ نفس و مزاج، بر شما غلبه داشته باشد. اين بهترين حالت است كه انسان می‌تواند بهتر استفاده كند.

 البته در اين بيدارى، انسان لازم نيست هميشه نماز بخواند و ذكر بگويد. چه اشكال دارد مطالبى از بزرگان را مطالعه كند، يا ادعيۀ ماه شعبان را بخواند، يا بر او خوانده شود و او گوش كند؟!

## 3. 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 به‌معناى کناره‌گیرى از افراد مختلف و جریانات غیرمفید و غیرضرورى، و تصحیح روابط است، نه گوشه‌گیرى. 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.

## 4. روزه‌داری

 رسول خدا صلى‌اللَه‌عليه‌و‌آله تمام اين دو ماه (رجب و شعبان) را روزه مى‏گرفتند. بزرگان هم بر حسب آن وضعیتی که داشتند، همين كار را انجام می‌دادند.

 روزۀ ماه شعبان، مقدمه‌ براى استعداد و آمادگىِ تلقّىِ فيوضات و انوار الهى است، و خيلى اين مسئله قابل توجه است. در هرجا [خداوند بندگانش را] براى چنین عنايات و فيوضاتى دعوت کرده است، در آنجا شما [سفارش به‏] روزه را مشاهده مى‏كنيد: [مثلاً می‌گویند] روزه بگيرد و بعد اين كار را بكند، [یا] براى برآورده‌شدن حاجات، سه روز را روزه بگيرد و بعد چه كند، [یا] روز قبل از لیلةالرغائب را روزه بگيرد.

در تمام اين موارد ما مشاهده مى‏كنيم كه روزه، نقش مهمى براى تلقّى اين عنايات و فيوضات دارد.

 لذا خیلی به روزۀ این دو ماه توصیه شده است و خيلى آثار پُربركتى برای آن وارد است؛ البته براى كسى كه مانعى نداشته باشد، ناراحتى نداشته باشد، ضعف بر او غلبه نكند، موقعيّت و شرایطش مناسب باشد؛ و اگر نه، به همان مقدار اندك اكتفا كند: ميزان غذا را در این سه ماه پايين بياورد، تا اينكه نفْس، بهتر بتواند از آن عنايات و بارقه‌ها و نفحاتى كه بر قلب می‌وزد، بهره‌مند بشود و خودش را درگير غذا و جهاز هاضمه نكند. آزاد باشد! وقتى كه آزاد بود، اين نفحات را بهتر مى‏تواند تلقّى كند.

 لذا مرحوم علامۀ طهرانی می‌فرمودند كه رفقا سعى كنند حدّاقل هفته‌ای سه روز را در ماه رجب و شعبان روزه بگيرند، حالا آن چهار روزِ ديگر بسته به ميل خودشان؛ ولى سه روز را بگيرند كه اين فضيلت روزه را از دست ندهند. تا يك روز غذا می‌خورند و خلاصه بدن می‌خواهد دوباره عادت كند، فردا دوباره روزه می‌آید و اين مسئله را استمرار می‌دهد و جلو می‌برد. براى افرادى هم كه روزه براى آنها هيچ مسئله و مشكلى نيست، همۀ ماه را روزه بگيرند؛ چه عيب دارد؟! همۀ ماه شعبان را روزه بگيرند و از بركات و فوائدى كه بر روزه و صائمين مترتّب است، بهره بگيرند و متنعّم باشند.

## 5. رعایت سکوت و حفظ آرامش

 یکی دیگر از دستورات بسیار مهمّ بزرگان دربارۀ ماه شعبان، مسئلۀ صحبت‌نکردن و حفظ آرامش است. صحبتِ زياد، و عمر را به صحبت گذراندن، از مايه و از كيسه خوردن است و [باعث] از‌دست دادنِ اعمالِ انجام‌شده است‏.

 مرحوم علامۀ طهرانی می‌فرمودند كه رفقا بعد از جلسات با هم كمتر صحبت كنند، حتى با عيالاتشان هم بعد از جلسات كمتر صحبت كنند. و صحبت‌های عادى هم، بايد با رعایت شرایط طرف مقابل، در حول‌و‌حوش مطالب مفيد باشد. يكى حالش حال صحبت‌كردن نيست و می‌خواهد در خودش باشد، ساكت باشد، می‌آیند پيش او می‌نشینند [و مثلاً می‌گویند:] «آقا راستى می‌دانید ديروز فلانى چه كرده است؟!» تمام آن حال، همه از بين می‌رود! به‌خصوص در ماه‌های حرام یا محترم، مانند رجب و شعبان‏ و رمضان؛ و همین‌طور در زمان‌های خاص كه لطف و عنايت پروردگار در آن اوقات، شكل ديگرى دارد، ما می‌بینیم در چنین موقعيت‏هايى فرصت را از دست می‌دهیم. يعنى درست همان موقعى كه می‌خواهد رحمتى بر شخصى بيايد، بارقه‌اى و نفحه‌ای بر او بيايد، يا خودش صحبت می‌کند، یا يك‌مرتبه رفيقِ کنارش می‌گوید: «آى فلانى...!» چه شد؟! تمام شد و رفت! حالا [خدا می‌داند] كِى دوباره [آن بارقه] می‌آید!

 آن رحمت پروردگار و آن بارقه، بر دل آرام می‌نشیند، نه بر آن دلى كه دارد حرف می‌زند. چون او در حال تَمَوُّج و گردش و اضطراب است، و جاذبه‌ها و نفحات الهى بر قلب مضطرب وارد نمى‏شود. دل بايد آرام باشد، دل بايد متوجّه باشد تا آنها بتوانند بيايند.

 يك‌وقت مرحوم قاضی رضوان‌اللَه‌عليه در مجلس نشسته بودند و راجع به حضور صحبت می‌کردند كه «حضور را مغتنم بشماريد.» حضور يعنى جمعيّتِ خاطر و جمع‌شدن و توجّه به مبدأ داشتن و در‌خود‌بودن. می‌فرمودند اين را خيلى مغتنم بدانيد. در اين موقع شخصى که از كوچه رد می‌شد به ديوار می‌زند و يك صداي «تَق» می‌آید. ‏[ایشان] فرمودند در بعضى از اوقات همين صداى «تَق»، آن حضور را از بين می‌برد و ديگر نمی‌آید. يعنى می‌بایست در آن لحظه بيايد و به قلب بخورد، اما اين صداى «تَق» باعث شد كه قلب تشويش پيدا كند.

 لذا مرحوم علامۀ طهرانی خيلى بر سکوت تأكيد داشتند؛ حتى [گفتنِ] مطالب مفيد! [نهی] مطالب غيرمفيد كه اختصاص به اين ماه‌ها ندارد! مطالبى كه همه در مجالس مى‌گويند: «فلان چيز ارزان شد؛ گران شد...» اين مطالبى كه همه‌اش سر و ته يك كرباس هم ارزش ندارد همه‌جا هست و انسان نبايد چه در اين ماه‌ها و چه در غير از اين ماه‌ها خودش را به اين مطالب بسپارد. اهل دنيا بايد به اين مطالب دل بسپرند و به‌خوبى هم از عهده‌اش بر‌مى‌آيند و نيازى به حضور دغدغۀ خاطر ما نيست! ما از اين نظر دغدغۀ خاطرى نداشته باشيم و بحمداللَه خداوند افرادى را خلق كرده است كه به اين مطالب بپردازند؛ راجع به اين مطالب كه جاى صحبت نيست [و همیشه ممنوع است]. و اما مطالب مفيدى هم هست که من‌حیث‌المجموع مطالب خوبی است [اما ضروری نیست]؛ باز هم انسان باید در اين سه ماه مراقبت بيشتر داشته باشد و [در این موارد هم] سكوت را رعايت كند، مگر در موارد ضرورت كه آن مطلب ديگرى است.

 بايد دانست كه صحبت‌كردن يكى از مهم‌ترین آفاتى است كه اين مهمان‌های پروردگار را از دل ما بيرون می‌کند! خيلى عجيب است؛ آن‌قدر كه بزرگان راجع به اين مسئله تذکر داده‌اند، دربارۀ سایر مسائل سفارش نکرده‌اند!

## 7. مطالعۀ احوال بزرگان و اشعار اولیاء الهی

 مطالعه‌كردن احوال بزرگان، قصص بزرگان، كتاب‏هاى اخلاقى، كتاب‏هاى مرحوم علامۀ طهرانی، در مسائل مختلف خيلى براى انسان می‌تواند كارساز باشد. همچنین اشعار بزرگان و اولياء را گاهى زمزمه‌كردن و توجه‌كردن به معانىِ آن بسیار راهگشاست. هر روز انسان مثلاً چند خط شعر از خواجه‌حافظ شيراز یا مولانا یا اولیاء و بزرگان دیگر را مطالعه كند و مفاد آن را در حدود ظرفيت خودش مطالعه كند. خواندن اين اشعار، انسان را از اين عالم تكثّرات خارج می‌کند، و انسان خودش متوجه مى‏شود كه چطور با واردشدن در مطالعۀ احوال بزرگان و اين اشعار، اين حالت براى او پيدا مى‏شود.

## 8. 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 همان‏طورى كه بزرگان فرموده‌اند، برويم كنار قبرستان بنشينيم و يك فاتحه بخوانيم و بعد به تفكر و سكوت بپردازيم؛ اثر این سکوت در نفس، از قرآن‌خواندن بیشتر است. البته بعد از آن یک سورۀ تبارک، یک سورۀ یاسین، انسان برای اهداء ثواب برای آنها هم بخواند.[[6]](#footnote-6)

## 9. عیادت بیماران و رسیدگی به امور آنان

 عیادت مَرضىٰ و رسیدگى به امور بیماران به حال انسان سرعت مى‌بخشد.[[7]](#footnote-7)

 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.[[8]](#footnote-8)

## 10. صلۀ رحم و رفع اختلاف میان افراد

 از جمله مسائلی که در ماه رجب مورد تأکید بزرگان بوده است، مسئله صلۀ 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 رفع نِقار و اختلاف بین دو نفر است.

 علامۀ طهرانی رضوان‌اللَه‌علیه در ارتباط با اهمیت مسئلۀ صلۀ رحم می‌فرمایند:

چقدر خوب است مساعدت به ارحام و نزديكان! يكى از کلیدهایی (کلیدهای آسمان) كه خيلى خيلى محكم است، و به‏واسطۀ رسيدگى به اقرباء و نزديكان باز مى‏شود، همين صلۀ رحم است!

 صلۀ رحم یعنی به‌دست آوردن دل شخص، خشنود كردن او، و به‌طريق احسن، قضاء حوائج اوست.[[9]](#footnote-9)

## 11. ذکر مدام و وِرد

 ذکر یعنى انسان در حال توجه باشد، حالا چه اینکه ذکرى بگوید یا نگوید. انسان همیشه باید خدا را حاضر و ناظر ببیند و هیچ‌وقت حضور خدا را فراموش نکند. اگر شخصى در منزل باشد، انسان چقدر حواسش جمع است و متذکّر است؟! یک مقدارى هم به خدا بها بدهد![[10]](#footnote-10)

 یکى دیگر از مسائلى که در ماه‌های رجب و شعبان و رمضان خیلى مؤکد است، ذکر مدامى است که انسان دارد. ذکر مدام ذکرى است که عدد ندارد و انسان بدون عدد مى‌تواند آن ذکر را بگوید. این را ذکر مدام مى‌گویند. جزء اذکار عددیه نیست و اشکالى هم ندارد که شخص بگوید. مثل ذکر لا إلهَ إلاّ اللَه. همین‌طور به‌نحو مدام انسان بگوید؛ دارد راه مى‌رود لا إلهَ إلاّ اللَه بگوید، نشسته است، آرام بدون اینکه حتى کسى هم بفهمد یا مثلاً دهان او حرکتى داشته باشد، ذکر لا إلهَ إلاّ اللَه بگوید. این خیلى مناسب است.

 یکى از آن اذکار، ذکر یونسیه است که ﴿لا إلهَ إلاّ أنتَ‌ سُبحانَك إنّى كنتُ مِنَ الظّالِمين﴾[[11]](#footnote-11) است که توصیه شده بدون عدد [باشد]. اگر کسى مى‌تواند مثلاً صد مرتبه [در] بین الطّلوعین بگوید؛ اگر یکى مى‌تواند، دویست مرتبه بگوید.

 این ذکر یونسیه بسیار مهم است، منتها بدون عدد: پنجاه مرتبه، هفتاد مرتبه، صد مرتبه، صد‌و‌پنجاه مرتبه؛ هرکسى به آن مقدارى که خسته نشود. خیلى [روی این ذکر] بزرگان تأکید کرده‌اند، و خود حقیر از مرحوم آقاى حدّاد رضوان‌اللَه‌علیه شنیدم که ایشان مى‌فرمودند:

«گنج‌هایى در این ذکر یونسیه نهفته است و اگر شخصى مداومت داشته باشد، خداوند او را به نعمات خیلى بزرگى مى‌رساند.»[[12]](#footnote-12)

# ادعیۀ مورد تأکید اولیاء در ماه شعبان

## 1.مناجات شعبانیه

 از جمله مطالبى كه در ماه شعبان بايد به آن توجه داشت، قرائت ادعيۀ ماه شعبان و به‌خصوص مناجات شعبانيه است، كه بسيار بسيار مضامين عالى دارد، و بزرگان بعضى از فقرات مناجات شعبانيه را اصلاً به‌طور كلى در دعاى قنوتشان می‌خواندند؛ [مثلاً:] «إلهى هَب لى كمالَ الإنقِطاعِ إليك» تا آخر [این فقره]. واقعاً اين مناجات امیرالمؤمنین علیه‌السلام، مناجات عجيبى است، كه انسان را اصلاً عوض می‌کند، حال‌و‌هواى انسان را عوض می‌کند. چه خوب است آنهايى كه با زبان عربى آشنايى ندارند، اين مناجات را با ترجمۀ صحيح مطالعه كنند، و هنگام خواندن مناجات، از معانى و مفاهيمش هم استفاده كنند. گرچه قرائتِ دعاهايى كه از ائمه عليهم‌السلام براى ما بيان شده، به‌تنهايى [و بدون فهم کامل معنا] خوب است و ثواب دارد و انسان را حركت مى‏دهد، اما فهم اين معانى و رسيدن به اين مطالب و مفاهيم، يك بهرۀ ديگرى به انسان مى‏دهد. وقتى انسان اين دعا را با همان معانىِ خودش بخواهد بفهمد و بخواند، خيلى تفاوت مى‏كند تا اينكه بخواهد فقط به الفاظ بپردازد.

 بنده به‌ياد دارم در زمان حيات مرحوم علامۀ طهرانی رضوان‌اللَه‌تعالى‌عليه، تا آنجايى كه در خدمت ايشان بودم، هر شبِ ماه شعبان را به قرائت يا شنيدن مناجات شعبانيه مشغول بودند و همین‌طور اشک از چشمانشان می‌آمد. و خودشان هم تأكيد داشتند كه حتى در روز، و حتى در بعدازظهرهاى جمعه به‌جاى دعاى سمات، این مناجات شعبانيه خوب است قرائت بشود و از انسان از فيوضات اين دعا بهره‌مند شود.[[13]](#footnote-13)

## 2. دعای مکارم‌الأخلاق

 خواندن دعای مکارم‌الأخلاق به‌خصوص در ماه رجب و شعبان بسيار عالى است. اگر انسان هر روز هم نمی‌خواند، هفته‌ای يك بار بخواند.

## 3. سایر ادعیه

 همچنین زيارت جامعۀ كبيره، مناجات خمسة‌عشر حضرت سجّاد عليه‌السلام، در ماه رجب و شعبان مورد توصیه بزرگان بوده است.

 پيغمبر به‌خصوص در ماه رجب و شعبان‏ اين دعا را خيلى می‌خواندند: «اللَهمَّ لا تَكِلنا إلىٰ أنفُسِنا طَرفَةَ عَينٍ أبداً؛ خدايا به‌اندازۀ يك پلك چشم به هم زدن، ما را به خودمان وامگذار.» يعنى افكار ما را خودت به‌دست بگير، نيّات ما را خودت اصلاح كن، قلب ما را خودت مباشرت كن. خودت قلب ما را در دست بگير كه آنچه براى ما و راه ما [به‌صلاح] است خودت براى ما پيش بياورى و توفيق بدهى و از آنچه موجب اِعوِجاج از طريق و مسير اوليائت است، خودت ما را حفظ كنى.

# نیمۀ‌شعبان و اعمال آن

 روز نيمۀ‌شعبان، ولادت حضرت صاحب‌الأمر عجل‌اللَه‌تعالى‌فرجه‌الشريف است و شب نيمۀ‌شعبان از شب‌هايى است كه احياء آن بسيار احياى مهمى است. من در تمام مدت عمرم با مرحوم والد، علامۀ طهرانی رضوان‌اللَه‌عليه نديدم كه ایشان در شب نيمۀ‌شعبان خواب باشند، و اگر استراحت می‌کردند، يك نيم‌ساعتى، يك‌ساعتى بود و بقیه‌اش را بيدار بودند و به دوستان خودشان هم توصيه می‌کردند كه شب نيمه را احيا بگيرند و خودشان هم در همان شب، دعاى كميل می‌خواندند.

 خلاصه در آن شب، خيلى چيزها گير انسان می‌آید! آنچه من از ايشان و حتى اساتيد ايشان شنيدم این بود كه «در شب نيمۀ‌شعبان خيلى مسائل هست.» اگر من از اسرار شب نيمۀ شعبان ـ كه مجاز به گفتنش نيستم ـ بخواهم براى رفقا بگويم، از الان بيدارى می‌کشند و تا شب نيمۀ‌شعبان خودشان را آماده می‌کنند! این‌قدر مهم است! مرحوم علامۀ طهرانی می‌فرمودند: «آنچه به ما دادند از شب نيمۀ‌شعبان دادند!» [یعنی] آن فتح‌بابى كه براى ايشان شد و آن مسائلى كه پيدا شد، همه به‌خاطر اين مسئله بوده است.

 مهم‌ترين قضيه در شب نیمۀ‌شعبان اين است كه ظهورِ «ولايت كليۀ الهيۀ حَىّ» در آن شب اتفاق می‌افتد و به‌واسطۀ نفس قدسىِ آن حضرت، بركات بر همۀ عوالم سارى و جارى می‌شود. شبى است كه مقام ولايتِ حقّه و حىّ در عالَمِ وجود، ظهورِ ناسوتى پيدا كرده و به‌واسطۀ اين، آن تجلّیِ اعظمِ پروردگار تحقق خارجى پيدا كرده است.

لذا مناسب است كه رفقا مجتمعاً يا غيرمجتمعاً شب نيمه را احيا بدارند؛ و خلاصه شب، شبِ مهمى است بايد خيلى غنيمت شمرد و انسان به صحبت و مطالب عادى نگذراند.

# شرح برخی از فقرات مناجات شعبانیه

 [امیرالمؤمنین علیه‌السلام در مناجات شعبانیه به خداوند عرضه می‌دارد:] «إلهى هَب لى كَمالَ الإنقِطاعِ إليك؛ خدايا كمالِ انقطاع را نصيب من كن»؛ يعنى من از همه‌چيز ببُرم: فكرم، عقلم، نفْسم، تعلقاتم، همۀ اینها قطع شود و فقط يك تعلق بماند و آن تعلق رسيدن به توست. «إنقَطَعَ إليه» يعنى به آن رسيد، از همه‌جا بُريد و به اين نقطه وصل شد. اين را مى‏گويند «انقطاع». [پس معنای عبارت این است:] خدايا، اتصال به تو و انقطاع از خلق را نصيب من كن و به من بچشان و به من ببخش؛ كه اين خودش هم بخششِ از ناحیۀ توست و من به‌واسطۀ فيضِ اين بخشش است كه می‌توانم به تو منقطع بشوم.

 خيلى عجيب است! انسان وقتى چنین حالاتى به او دست می‌دهد ـ البته يك ذره‌ای! [و الّا] كجا آنچه را بزرگان ادراك می‌کرده‌اند، ما می‌فهمیم؟! ـ تازه می‌فهمد عجب! تازه كلمات بزرگان را يك مقدارى ـ بفهمى‌نفهمى! ـ یک‌خرده می‌تواند تجزيه و تحليل كند. تازه مقداری می‌تواند روی دعاى ابی‌حمزۀ حضرت سجّاد فكر كند. تازه مقداری می‌تواند روی مناجات شعبانيه تأمل كند. تازه دعاى عرفه حضرت سيدالشهداء را مى‏تواند بخواند. ببيند حضرت كه اين دعا را مى‏خواند و مثل ابر بهار گريه مى‏كرد، براى چه بوده! آيا اين گریه‌ها همه مصنوعى بوده؟! می‌خواسته‌اند به ما ياد بدهند؟! براى چه حضرت همین‌طور می‌خوانَد و متحوّل و منقلب می‌شود؟!

 «و أنِر أبصارَ قلوبِنا بِضياءِ نَظَرِها إليك؛ چشمِ دلِ ما را به‌واسطۀ آن روشنايىِ ديدار، باز كن!»

 [یعنی] وقتى اين چشمِ دل ما به تو نظر می‌کند، باز شود؛ [در این صورت] تو را فقط می‌بیند و تو را مؤثر مى‏بيند، و تو را همه‌چيز مى‏بيند و تو را مسبِّب‌الأسباب می‌بیند و همۀ عالم را از وجود تو می‌بیند و تو را در همۀ امور سارى و جارى می‌بیند.

 اگر ما كمى به اين مسائل معرفت داشتيم قضايا چه می‌شد؟! آن‌ وقت اين حرفها را می‌زدیم؟! اين كارها را می‌کردیم؟! آيا دیده‌ایم يكى از اين حرف‌هایی را که همه‌جا مثل نقل و نبات می‌زنند، بزرگان بزنند؟!

 «حتّیٰ تَخرِقَ أبصارُ القلوبِ حُجُبَ النّورِ؛ تا اینکه نه‌تنها از حجاب‌های كثرت و مردم ظلمانى و عالَمِ دَنىّ و دنيا و شهوات و هواها و هوس‌ها [عبور کنیم، بلکه] از عوالم نورانى و عوالم معنا رد بشويم. [در] حجاب‌های نور و عوالم و كثراتى كه مربوط به حقایق عوالم ربوبى است، و در نعمات تو را كه در آن عوالم می‌بینیم [نیز] متوقف نشويم، [بلکه] از ماسواى تو هم كه آنها ظهور آثار جمال و جلال تو هستند، بگذريم.»

 مرحوم علامۀ طهرانی از قول مرحوم حدّاد رضوان‌اللَه‌عليهما می‌فرمودند:

گاهى از اوقات اتفاق می‌افتد كه مرا از عوالمى عبور می‌دهند كه تا بخواهم ببينم در آن عوالم چه خبر بوده و چه مسائلی بوده است، می‌بینم مرا از عوالم دیگری عبور داده‌اند و عوالم ديگرى را رد کرده‌ام و عالم قبلی اصلاً رفته است!

می‌دانید چه مسائلى؟! همین‌قدر بگويم نسبتِ يكى از آن عوالم به عالم ماده با تمام [بزرگى‌ای‏] كه دارد، نسبتِ یک قطره به درياست. ديگر چه بگويم؟! آن عالم هم به نسبت عالم بالاتر خود همين‏طور.

 اين‏ها حجاب‌های نورانى است که بايد از آن عبور کند و نبايد بماند. [گرچه] همۀ اینها در نفس قرار دارد و بعداً يكى‌يكى به سراغ آنها می‌آید، [اما] فعلاً بايد عبور کند. از آثار و خصوصیات جمالیۀ پروردگار و نعمت‌های عوالم دیگر که عوالم مثال و ملکوت و اینهاست بايد عبور کند.

 يكى از دوستان مى‏گفت:

من داشتم راجع به آثار جمال با خودم فكر می‌کردم كه جمال پروردگار وقتی تجلی می‌کند چه مرتبه‌ای می‌تواند داشته باشد؟ يك‌مرتبه ديدم يك ظهور از آن ظهورهاى جمال آمد و بر دلم خورد و از آن حقيقت جمالى كه مشاهده كردم حالتى در نفس و قلبم پيش آمد كه اگر آن حالت را به تمام اهل كرۀ زمين تقسيم می‌کردند، همۀ آنها مست و حيران از ‌خودبی‌خود می‌شدند!

 اینها همه «حُجُبَ النّور» است. از اين‏ها بايد عبور کرد. ببينيد آن بالا چه خبر است كه حضرت مى‏گويد: «ما را از اینها عبور بده!» آنجا قضيه چیست؟!

 شخصی از همين آشنايان كه هنوز در قيد حيات است براى خود من تعريف مى‏كردند:

در زمان شاه من صبح براى ديدن رفيقم كه در بيمارستان بود به آنجا رفته بودم. همين‌طور فكر می‌کردم كه سالک بايد از اين آثار جمال بگذرد و نگاه نكند، توجه نكند، فكر نكند. در همين حين، یک‌دفعه يك پرستار آمد، نمی‌دانم سِرُم بزند، [یا] سِرُم را عوض كند. (آن موقع هم حجاب درستی که نبود). من چشمم به او افتاد و دیگر محو جمال او شدم. ديگر فكر و ذكر من در اين مسئله بود. و بعد شب سه‌شنبه‌ای بود كه به مسجد [قائم] رفتيم و مرحوم آقا (علامۀ طهرانی) هم مشغول صحبت بودند. در حينى كه نشسته بودم و داشتم به آقا نگاه می‌کردم ولى فكرم در بيمارستان بود، یک‌دفعه آقا كه‏ داشتند صحبت می‌کردند فرمودند: «بله! آقايان می‌گویند ”ما بايد از جمال بگذريم!“ بابا نگاه کردن به دستِ يك زن، تو را گيج 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؟!

اين كار هركسى نيست! چون آن‌ها «حُجُبَ النّور» است ديگر؛ آن نور مربوط به عوالم ربوبى است.

 يك‌وقت مرحوم علامۀ طهرانی رضوان‌اللَه‌عليه می‌فرمودند:

اگر خداوند جمالش را در قالب حورالعین و امثال ذلک، به شخصى بدون آمادگى و استعداد بنماياند، او ديگر در دنيا نمی‌تواند زندگى كند و توان گذران دنيا را ندارد.

 اینها را خدا فعلاً نشان نمی‌دهد؛ مى‏گذارد براى آن‌موقع. می‌گوید اینها باشد بعداً! فعلاً اوضاع دنيا را بگذران، براى آنجا طلبت باشد.

 اما خب آنهایی كه اين مطالب را گذرانده‌اند [ظرفیتِ مشاهدۀ این جمال را دارند.] شما همین‌طور [ساده] نگاه نكنيد که شخصى داراى مقاماتى، موقعيتى و خصوصياتى است؛ همين‏طورى كه نمی‌شود!

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

 حالت استعداد و آمادگى‌ای كه قلب با آن حالت مى‏تواند مشاهده كند، آن را مى‏گويند «أبصارُ القلوبِ؛ چشم قلب.» حتّیٰ تَخرِقَ أبصارُ القلوبِ حُجُبَ النّورِ، [یعنی چشم قلب] حجاب‌های نور را كنار بزند، فَتَصِلَ إلیٰ معدنِ العَظَمَةِ، [یعنی] برسد به همان معدن عظمت كه مقام ذات پروردگار است. جايگاه عظمت، [یعنی] همان حقيقت وجود صرف، همان معناى بسيط‌الحقيقة، همان معناى ذات لايتناهى كه آن معدن و منشأ است براى همۀ اسماء و صفات كليّه.

 اميرالمؤمنين می‌فرماید ما [باید به آنجا] برسيم؛ حواسمان جمع باشد به اين عوالم پايين، دل خوش نكنيم!

 «و تَصیرَ أرواحُنا مُعَلَّقَةً بِعِزِّ قُدسِکَ؛ و ارواح ما در عِزّ قدسِ تو، به حالِ پرواز دربيايد.»

[همچنین حضرت در فقرۀ دیگری عرضه می‌دارند:]

 «إلهى و ألحِقنى بِنورِ عِزِّكَ‏ الأبهَج‏؛ خدايا مرا به آن نور عِزّ اَبهَج، كه داراى بهاء و تشعشع بيشتر است و بالاترين مرتبه است، مرا به آن مرتبه ملحق كن.»

 نور مقام عزت يعنى مقام فناء ذات! اميرالمؤمنين عليه السلام صريح دارد این را مى‏گويد. آن نورى كه وقتى در مقام عزّت پروردگار بتابد، ديگر غيرى‏ را باقى نمى‏گذارد! اميرالمؤمنين عرضه مى‏دارد خدايا مرا ببر آنجا كه آن نور عزّت بزند و تمام شراشر وجود ما را قطع كند و تمام آثار وجود ما را از بين ببرد و تمام انانیّت‌ها و آثار نفس ما را مُضمَحِل كند و هيچ چيزى از وجود ما [نگه ندارد،] حتى همان وجود ثابت ما را هم از بين ببرد. چون در مقام تجلى آن نور عزت، ديگر حتى «عين ثابت»، يعنى همان نقطۀ شروعِ هر شخص كه همراه با آن، خصوصيت و هويّت خارجى او نمودار مى‏شود، آن هم حتى باقى نمی‌ماند!

 اين [فقرۀ مناجات شعبانیه] يكى از ادلۀ منقوله‌ای است كه دلالت بر فناء ذاتى می‌کند. چون مقام نور عزّت هيچ چيزى را جز ذات پروردگار نمی‌تواند تحمل كند. «غيرتش غير در جهان نگذاشت». وقتى غيرت خدا تجلى می‌کند، ديگر غيرى باقى نمى‏ماند. پس معلوم می‌شود در اين‏جا این‌طور نبوده كه فقط او باشد، [بلکه] غير او هم بوده است.

 إلهى و ألحِقنى بِنورِ عِزِّكَ‏ الأبهَج! خيلى عبارت عجيبى است! دلالت می‌کند بر اینکه حضرت فقط و فقط از خداى متعال طلب فناى ذاتى را طلب می‌کند، كه حتى ذاتِ مرا هم باقى نگذار. صفات را كه از بين می‌بری، اسماء را كه از بين مى‏برى، خصوصيات، آن هويّت كه «من» را تشكيل مى‏دهد، آن منيتِ مرا، آن را هم كه از بين مى‏برى، خود مرا هم از بين ببر.

 و ألحِقنى بِنورِ عِزِّكَ‏ الأبهَج، فأکونَ لَکَ عارِفاً! حالا [با ملحق شدن به نور عزّ اَبهَج] مرا عارف به حقيقت ذات خودت قرار بده. پس من اگر در نور عِزّ اَبهَجِ تو وارد نشوم، عارف نيستم؛ به بخشى از آثار و مظاهر و خصوصیاتِ ذات تو عارفم.

 و عن سِواکَ مُنحَرِفاً و مِنکَ خائِفاً مُراقِباً، یا ذَا الجَلالِ و الإکرام. [یعنی] از هر چيزى كه سواى توست، من بر كنار باشم، و همیشه در حال خشیت از تو و مراقبِ حضور در مقام عزّ تو باشم. این را می‌گویند مراقبت در آن مرتبه.

 اين دعاى قنوتى بود كه از مناجات شعبانيّه است و بزرگان اين دعا را می‌خوانند؛ خيلى خوب است رفقا حفظ كنند و خيلى از دعاهاى قنوتشان را با اين انجام بدهند.

1. زاد المعاد، ج 1، ص 12. [↑](#footnote-ref-1)
2. الإقبال، ص 470، فقره‌ای از زيارت امين‌اللَه؛ ترجمه:

   «و طعام‏هاى خاصّ اهل معرفت آماده و مهياست‏.» [↑](#footnote-ref-2)
3. شرح حدیث عنوان بصری، جلسۀ 144. [↑](#footnote-ref-3)
4. شرح حدیث عنوان بصری، جلسۀ 211. [↑](#footnote-ref-4)
5. روح مجرد، ص 76:

   در دفعه اوّل كه [مرحوم حاج سید هاشم حداد] بیدار مى‌شدند، می‌فرمودند: «سید محمّد حسین! چاى یا آب گرمى بیاور!» حقیر پایین می‌رفتم و روى چراغ فتیلۀ نفتى، چاى درست می‌كردم و فوراً مى‌آوردم. می‌فرمودند: «مرحوم قاضى خودش این‌طور بود و به ما هم این‌طور دستور داده بود كه: ”در میان شب چون براى نماز شب بر‌مى‌خیزید چیز مختصرى تناول كنید؛ مثل چاى یا دوغ یا یك خوشه انگور، یا چیز مختصر دیگرى كه بدن شما از كسالت بیرون آید و نشاط براى عبادت داشته باشید.“»

   بنابراین بنده هر چه ایشان میل داشتند، گاه آب جوش و یا چاى و یا دوغ و یا خیار برایشان به بام مى‌بردم، چون در آن فصل، هنوز انگور نرسیده بود. [↑](#footnote-ref-5)
6. همان، جلسۀ 144. [↑](#footnote-ref-6)
7. همان، جلسۀ 92. [↑](#footnote-ref-7)
8. مبانی اخلاق در آیات و روایات، ج 2، ص 169. [↑](#footnote-ref-8)
9. همان، ج1، ص 115. [↑](#footnote-ref-9)
10. شرح حدیث عنوان بصری، جلسۀ 1. [↑](#footnote-ref-10)
11. سورۀ انبیاء (21) آیۀ 87. [↑](#footnote-ref-11)
12. شرح حدیث عنوان بصری، جلسۀ 8. [↑](#footnote-ref-12)
13. همان، جلسۀ 199. [↑](#footnote-ref-13)