
کتاب کار اعتکاف

# کتاب کار اعتکاف اردوبهشت سه روز مهمان خدا در اعتکاف



ghaemiyeh.com

## فهرست مطالب


مشخصات کتاب ..... 5
اشاره ..... 5
درآمد ..... 7
تاریخچه اعتکاف ..... 8
پیشینه اعتکاف در ایران ..... 9
اعتکاف پس از انقلاب ..... 10
استقبال عموم ..... 11
نقش اعتکاف در انس با مسجد ..... 11
آثار اعتکاف ..... 13
عبادات جایگزین اعتکاف ..... 13
آسیب شناسی اعتکاف و ضرورت برنامه ریزی ..... 15
بخش اول: فعالیت های پیش از اعتکاف ..... 22
اشاره ..... 22
مقدمه ..... 23
فصل اول: تبلیغات تشویق و زمینه سازی ..... 25
فصل دوم: فراهم کردن امکانات و فضای مناسب ..... 31
فصل سوم: اطلاع رسانی سهمیه بندی و ثبت نام ..... 33
بخش دوم: فعالیت های حین اعتکاف ..... 36
اشاره ..... 36
فصل چهارم: استقبال معنوی از اعتکاف ..... 37
فصل پنجم: استقبال از معتکفین ..... 38
فصل ششم: برنامه های اعتکاف ..... 40
فصل هفتم: مراقبت ها و ملاحظات ..... 45
اشاره ..... 45
1. برنامه ریزی، نظارت و بازرسی ..... 45
2. توجه به مسئله خواب ..... 45
3. پیشگیری و علاج افسردگی ..... 46
4. توجه به ادعیه و اعمال عمومی تر: ..... 46
5. اهتمام ویژه به بهداشت فردی و محیط ..... 48
بخش سوم: فعالیت های پس از اعتکاف ..... 49
اشاره ..... 49
فصل هشتم: اختتامیه اعتکاف ..... 50
فصل نهم: پس از اتمام مراسم اعتکاف ..... 52

1. غبار روبی پایانی ..... 52
2. بررسی اموال و امکانات ..... 52
3. تصفیه حساب و حسابرسی ..... 52
4. تهیه گزارش نهایی اعتکاف ..... 53
5. تقدیر و تشکر از خادمان و دست اندر کاران ..... 53
بخش چهارم: پیوست ها ..... 55
اشاره ..... 55
پیوست 1: چک لیست اقدامات ..... 56
پیوست 2: فهرستی از آیات روایات، سخنان بزرگان و اشعار مناسب ب... ..... 59
پیوست 3: سوژه ها و طرح سخنرانی های اعتکاف ..... 75
پیوست 4: نمونه برگ شناسایی و سازماندهی خادمین ..... 132
پیوست (6): نمونه برگ توانمندی ها و علاقمندی های معتکفین ..... 136

## مشخصات کتاب

سرشناسه : مهدوی ارفع، حمیدرضا، 1351 -

عنوان و نام پدیدآور : اردوبهشت: سه روز مهمان خدا در اعتکاف/ تنظیم و تولید اداره تولیدات فرهنگی [آستان قدس رضوی]؛ نویسنده حمیدرضا مهدوی‌ارفع؛ ارزیاب علمی جواد محدثی؛ ویراستار سیدحمید حیدری‌ثانی، سیدعلی آقاحیدری.

مشخصات نشر : مشهد: معاونت تبلیغات اسلامی آستان قدس رضوی، 1397.

مشخصات ظاهری : 143 ص.: جدول؛ 5/10×21 س‌م.

فروست : رهیافت؛ 29.

زائر رضوی.

شابک : 978-600-99939-6-3

وضعیت فهرست نویسی : فاپا

یادداشت : عنوان روی جلد: کتاب کار امام مسجد اردوبهشت سه روز مهمان خدا در اعتکاف.

عنوان روی جلد : کتاب کار امام مسجد اردوبهشت سه روز مهمان خدا در اعتکاف.

موضوع : اعتکاف

Spiritual retreats

اعتکاف -- اسلام

Spiritual retreats -- Islam

اعتکاف -- جنبه‌های قرآنی

Spiritual retreats -- Qur'anic teaching

شناسه افزوده : محدثی، جواد، 1331 -

شناسه افزوده : Mohadesi, Javad

شناسه افزوده : آستان قدس رضوی. معاونت تبلیغات اسلامی

شناسه افزوده : آستان قدس رضوی. اداره تولیدات فرهنگی

رده بندی کنگره : BP188/2/م9الف4 1397

رده بندی دیویی : 297/354

شماره کتابشناسی ملی : 5114674

اطلاعات رکورد کتابشناسی : فاپا

## اشاره

بسم الله الرحمن الرحیم

## درآمد

هیچ کُنجی بی دد و بی دام نیست *** جز به خلوتگاه حق، آرام نیست

اعتکاف، این فرصت بسیار مناسب انسان را که در پیچ وخم های مادی غرق شده، کمک می کند خود را بازیابد تا به قصد بهره بردن از ارزش های معنوی از علایق مادی دست بشوید و ندای إِنَّكَ كادِحٌ إِلى رَبِّكَ كَدْحاً فَمُلاقيه [1] را دوباره مشق کند.

سالک و پویا به سوی معبود حقیقی باید راه تهذیب نفس و عبادت حقیقی را در پیش گیرد. در این راستا لازم است گاهی به گوشه ای خلوت پناه برد تا به مدد ذکر و فکر، راه رفته را بازبینی و راه مانده را شناسایی کرده و خویشتن را بازسازی کند. ادیان الهی برای این منظور، خلوت هایی را با خداوند در خود تعبیه کرده اند که زیباترین و جامع ترین آنها «اعتکاف» است.

اعتکاف فصلی است برای گریستن ریزش باران رحمت شستن آلودگی های گناه و پاک کردن نامه اعمال برای نورانی ساختن دل و صفابخشیدن به روح.

اعتکاف، بازگشت به اصل خویشتن است؛ اصلی که با نَفَخْتُ فِيهِ مِنْ رُوحِي [2] بر ملک شرافت یافت و با فَتَبارَكَ اللَّهُ أَحْسَنُ الْخالِقين، [3] خلعتِ خیر المخلوقین بر تن کرد. اعتکاف نظر روح است به چشم انداز دلنواز إِنَّا لِلَّهِ، از روزنهٔ نویدبخش إِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ. [4]

---

1) انشقاق: 6.

2) حجر: 29.

3) مؤمنون: 14.

4) بقره: 156.

اعتکاف، تمرین بریدن از ظاهر و سفر به حقیقت است. اعتکاف ارتحال اختیاری از ناسوت و تولد در ملکوت است. در نهایت اعتکاف فرصت به مرگ اندیشیدن است و برای آن سفر پرسرور، مهیا گشتن جدایی سه شبانه روز از فرزند و عیال و خانمان، تجربه لذت شیرین انقطاع کامل از ماسوی الله به عنوان شرط لازم اتصال بالله و فنای فی الله است[1] و این آغاز جوشش شوق آزادی از زندان دنیا و لقای خداست.

اعتکاف، معجون و عصارهٔ اصلی ترین عبادات اسلامی است؛ حضور در مسجد، روزه - که هر دو از ارکان اعتکاف هستند - نماز، دعا و مناجات، قرائت قرآن و اذکار مقدس و افکار مبارک که همگی در مسجد و طبیعتاً همراه با وضو و طهارت است اعتکاف هم حج است، هم جهاد و هم امر به معروف. از سویی محرمات و احکام اعتکاف حج را برای انسان تداعی می کند و از سوی دیگر شرکت در اعتکاف افزون بر آنکه ورود به عرصه جهاد با نفس است، روحیه معنوی و توجه به ارزش های الهی را در همگان تقویت می کند. حضور جمعی در اعتکاف امر به معروف و نهی از منکر است؛ آن هم امر و نهی عملی، نه زبانی.

بنابراین، اعتکاف تنها یک رفتار فردی نیست بلکه به تعبیر امروزی ها یک راهبرد اصلاح فرد و محیط است. اعتکاف در عین خلوت، جلوت است در عین کناره گیری، حضور در جمع است و در عین خودسازی، دیگرسازی است و...

## تاریخچه اعتکاف

اصل اعتکاف - فارغ از روش برگزاری و فروعات آن - به شهادت کتب روایات و تفاسیر، از پیشینه ای بس طولانی برخوردار است و اختصاصی به اسلام و مسلمانان ندارد؛ اگرچه مکتب نورانی اسلام تغییراتی در آن ایجاد کرد و بدان تکامل بخشید به نمونه هایی از اعتکاف شخصیت های بزرگ تاریخ پیش از اسلام توجه بفرمایید:

1. علامه مجلسی رحمه الله در «بحارالانوار» درباره اعتکاف سلیمان نبیّ علی نبینا و آله و علیه السلام می نویسد: «گفته شده که سلیمان علیه السلام در مسجد بیت المقدس به مدت یک سال و یا دو

---

1) اشاره به این فراز از مناجات شریف شعبانیه: لهي! هَبْ لي كَمالَ الْانْقِطاعِ إلَيكَ وَ أَنِرْ أَبْصارَ قُلُوبِنا بِضِياءِ نَظَرِها إلَيكَ حَتّى تَخْرِقَ أَبْصارُ الْقُلُوبِ حُجُبَ النُّورِ فَتَصِلَ إلى مَعْدِنِ الْعَظَمَةِ وَ تَصيرَ أَرْواحُنا مُعَلَّقَةً بِعِزِّ قُدْسِكَ؛ مفاتیح الجنان، اعمال ماه شعبان.

سال و نیز یک ماه و یا دو ماه و کمتر و بیشتر اعتکاف می کرده است و خوراک برای آن حضرت فراهم می شد و او در همان جا به عبادت می پرداخت». [1]

.2

بر اساس آیات قرآن کریم حضرت مریم علیها سلام در زمان ملاقات با فرشته الهی، از مردم دوری گزیده و در گوشه خلوتی به عبادت مشغول بوده است علامه طباطبایی رحمه الله، صاحب تفسیر المیزان در این باره می نویسد: «گویا مقصود از دوری مریم از مردم، بریدن از مردم و روی آوردن به اعتکاف برای عبادت بوده است». [2]

.3

برخی از روایات اهل سنت دلالت می کند که سنت اعتکاف - با قوانین و وضع خاص خود - حتی در زمان جاهلیت نیز مرسوم بوده است. [3]

.4

از دیرباز سنت اعتکاف در عربستان با آداب و شکوه مخصوصی در حرم امن الهی و حرم مطهر نبوی برگزار می گردد همچنین سابقه برپایی این عبادت پرارج و ارزش در مسجد کوفه، قدمتی طولانی دارد؛ تاجایی که در کتب معتبر از عده زیادی از بزرگان شیعه نام برده شده است که در این مسجد مقدس معتکف می شده اند؛ بزرگانی همچون مقدس اردبیلی (متوفای 993 ه-.ق.)، [4]میرزا حسین خلیلی از شاگردان برجسته صاحب جواهر و شیخ انصاری رحمهم الله (متوفای 1326ه-.ق.) و...

## پیشینه اعتکاف در ایران

اعتکاف در ایران دارای تاریخچه ای پرفراز و نشیب است در هر عصری که عالمان برجسته دینی به اعتکاف اهتمام ورزیده اند مردم مسلمان این سرزمین نیز از آنان پیروی کرده و به اعتکاف بها داده اند. در عصر صفوی در سایه تلاش های دو عالم بزرگ آن زمان مرحوم شیخ بهایی (1030- 952 ه- ق.) و شیخ لطف الله میسی عاملی اصفهانی [5](متوفای 1032 یا 1034 ه-.ق.)، اعتکاف در شهرهای ایران، به ویژه قزوین و اصفهان، رونق خاصی یافت.

---

1) بحار الانوار، ج 14، ص 141.

2) المیزان في تفسیر القرآن، ج 14، صص 34-35.

3) ر.ک: صحیح مسلم، ج 11، کتاب النذر، ص 124؛ سلسلة الینابیع الفقهیه، کتاب الصوم، ج 6؛ المسائل الناصریات، سید مرتضی، ص119.

4) الفوائد الرضویه، شیخ عباس قمی، ص 23

5) برای آشنایی با زندگینامه شیخ لطف الله میسی عاملی اصفهانی ر.ک: روضات الجنّات محمدباقر موسوی خوانساری، ج 1، ص31.

شیخ لطف الله میسیّ از علمای معاصر شیخ بهایی است. او اگرچه از نظر علمی هم ردیف شیخ بهایی نیست ولی از جمله شخصیت های فرزانه ای است که مورد اعتنای هم عصران خود است، تاجایی که شاه عباس اول صفوی مسجد جامع شیخ لطف الله را به نام او و برای او ساخت و شیخ لطف الله میسی تا پایان عمر در آن مسجد اقامه جمعه و جماعت کرد. او در مسیر احیای سنت اعتکاف با مشکلات و حسادت های زیادی روبه رو شد از جمله شبهات و ابهامات بسیاری توسط بدخواهانش در جامعه پراکنده می شد که در آخر منجر به تألیف «رساله ماء الحياة صافي الفرات في رفع التوهمات و الشبهات» - مشهور به رساله الاعتکافیه [1]- گردید. پس از آن اعتکاف به صورت سنتی رایج و زنده درآمد و حسنه ای جاری در میان اهل ایمان شد. [2]

در مقدمه رسالۀ اعتکافیه آمده است: من پیرو آثار پیامبر و عترت پاک اویم و در گفتار و کردار دنباله رو آنانم یکی از سنت های اسلامی که نزد همگان اعم از شیعه و سنّی، معروف و مشهور است، اعتکاف است. برپایی آن، خصوصاً در دهۀ 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 این که به یاری خداوند خوشبختانه اکنون در بسیاری از شهرهای کشورمان مراسم اعتکاف در روزهای 13، 14 و 15 ماه رجب (ایام البیض) برگزار می شود».

این سنت حسنه ابتدا در شهر مقدس قم توسط عالم ربانی میرزا مهدی بروجردی صورت گرفت و رفته رفته در شهرهای دیگر رواج یافت.

## اعتکاف پس از انقلاب

پس از انقلاب اسلامی گرایش به معنویات سبب شد توجه مردم به سنت های حسنه ای چون اعتکاف بیشتر جلب شود و آثار و برکات فردی و اجتماعی این عبادت انسان ساز زمینه گسترش و رشد آن را فراهم نمود. از سال 1375 این سنت نبوی در سراسر کشور به صورت فراگیری مورد توجه قرار گرفت، به گونه ای که هر سال آمار معتکفین افزایش یافت و خیل علاقه مندان و مشتاقان، به ویژه جوانان و نوجوانان، رشد چشمگیری داشته است و اکنون از شعائر مهم در ایام البیض رجب به شمار می آید.

---

1) مجله میراث اسلامی دفتر اول، تصحیح احمد عابدی رضوان شهری، صص 311-337.

2) همان، صص 316-317.

## استقبال عموم

آمار رسمی درباره برگزاری سنت حسنه اعتکاف که هر ساله از طرف سازمان تبلیغات اسلامی اعلام می گردد، نمایانگر این است که تعداد شرکت کنندگان در این مراسم، هر سال نسبت به سال پیشین افزایش داشته است و درحال حاضر هر ساله، حدود بیست هزار نفر در اعتکاف ماه رجب شرکت می کنند.

## نقش اعتکاف در انس با مسجد

همان طور که گفته شد اعتکاف - به عنوان فرصتی برای خلوت با خود و خدا - اختصاصی به اسلام ندارد، ولی باید دانست که مکتب نورانی اسلام - همانند بسیاری از سنت های حسنه اقوام و ادیان پیشین - این سنت زیبا را با تغییراتی به تکامل رسانده است از جمله این تغییرات عبارت است از اینکه اعتکاف در گذشته مشروط به حضور در مسجد نبوده و در هر مکانی قابل انجام بوده است، ولی از نظر اسلام شرط صحت اعتکاف، حضور در مسجد است. راز این اشتراط را باید در خواص مسجد دانست که به برکت اعتکاف می تواند به معتکفین سرایت کند برخی از ویژگی های ممتاز مسجد در فرهنگ اسلامی عبارت اند از:

.1

مسجد محل دیدار و زیارت خدا است؛ طوبی لمشن توضأ بَیته ثمّ زارني فی بیتی .....»؛ [(1)]

.2

مسجد محل آشنایی با تمام دین اعم از عقاید، اخلاق و احکام است؛

.3

مسجد محل انس با قرآن و دعاست؛

.4

مسجد کانون دوست یابی و دوستی های سالم و پایدار است؛

.5

مسجد جایگاه خلوت با خدا و تفکر نجات بخش است؛

.6

مسجد تجلّی برتری ارزش «تقوا» بر سایر ملاک ها؛

.7

مسجد فرصت معاشرت با مؤمنان و تلاش برای رفع مشکلات آنهاست؛

.8

مسجد فرصتی برای ،تخلیه تزکیه و تحلیه است؛

.9

مسجد سنگر دفاع از ارزش ها و مقابله با جنگ نرم است؛

.10

مسجد کانون همبستگی و وحدت مسلمین است؛

---

1) وسائل الشیعه، ج 1، ص 389

و ...

تمام این ویژگی ها و آثار به برکت حضور در مسجد به معتکفین منتقل می شود و آنان را با مسجد و برکات آن بیش از پیش آشنا و مأنوس می سازد.

## آثار اعتکاف

در روایات اهل بیت علیهم السلام آثار معنوی گوناگونی برای اعتکاف بیان گردیده است که مهم ترین این آثار عبارت اند از:

.1

آمرزش گناهان گذشته: پیامبر اعظم صلی الله علیه و آله می فرماید: مَنِ اعتَکَفَ إیماناً وَاحتِساباً غُفِرَ لَهُ ما تَقَدَّمَ مِن ذَنبِهِ؛ «هرکس از روی ایمان و برای جلب رضای خداوند، اعتکاف به جا آورد، تمام گناهان گذشته اش آمرزیده می شود». [1]

.2

عاقبت به خیری پیامبر اکرم صلّی الله علیه و آله می فرماید: مَنِ اعتَکَفَ یَوماً ابتِغاءَ وَجهِ اللّهِ جَعَلَ اللّهُ بَینَهُ وبَینَ النّارِ ثَلاثَ خَنادِقَ، کُلُّ خَندَقٍ أبعَدُ مِمّا بَینَ الخافِقَینِ؛ «کسی که یک روز برای رضای خداوند اعتکاف به جا آورد، پروردگار بین او و جهنم فاصله ای به اندازه سه خندق قرار می دهد که بیش از فاصلهٔ مشرق و مغرب است».

## عبادات جایگزین اعتکاف

از آن جا که همواره عده ای از علاقمندان به اعتکاف از حضور در این عبادت پر اجر و اثر محروم می شوند - خواه به علت ناتوانی جسمانی، یا موانع کاری و شغلی و یا نبود ظرفیت کافی برای پذیرایی از کلیه مشتاقان - شایسته است امام مسجد و سایر مبلغان محترم، راه های تدارک بهره های از دست رفته را به این علاقمندان محروم از اعتکاف معرفی کنند. در روایت برای برخی اعمال و عبادات اجر و ثوابی معادل یا بالاتر از اعتکاف بر شمرده شده است که به صورت نمونه به برخی از آنها اشاره می کنیم:

1. حل مشکلات برادران و خواهران ایمانی امام سجاد علیه السلام در این خصوص می فرماید: وَ اللَّهِ لَقَضَاءُ حَاجَتِهِ [یَعْنِي الْأَخَ الْمُؤْمِنَ] أَحَبُّ إِلَى اللَّهِ مِنْ صِيَامِ شَهْرَيْنِ مُتَتَابِعَيْنِ وَ اعْتِكَافِهِمَا فِي الْمَسْجِدِ

الْحَرَامِ. [2]

---

1) كنز العمال، ج 8 ح 24006.

2) وسائل البشعه، ج 10، ابواب الاعتكاف، باب 12، ح 3 به نقل از ثواب الاعمال، شيخ صدوق رحمه الله.

.2

نگاه به چهره عالم ربانی امیرالمؤمنین علیه السلام می فرماید: جُلُوسُ سَاعَهٍ عِنْدَ اَلْعُلَمَاءِ أَحَبُّ إِلَى اَللَّهِ مِنْ عِبَادَهِ أَلْفِ سَنَهٍ وَ اَلنَّظَرُ إِلَى اَلْعَالِمِ أَحَبُّ إِلَى اَللَّهِ مِن اِعْتِكَافِ سَنَهٍ فِی بَيْتِ اَلْحَرَامِ. [1]

.3

نگاه مشتاقانه به برادر دینی پیامبر اعظم صلی الله علیه و آله فرمودند: نظر الرجل الی اخیه عن شوق خیرٌ مِن اعتکاف سنة في مسجدي هذا. [2]

.4

زیارت حضرت سیدالشهدا علیه السلام امام صادق علیه السلام در جواب ام سعید احسمیه که از اجر و پاداش زیارت سیدالشهدا علیه السلام سؤال کرد، فرمودند: «کعِدل حِجَةً و عُمرة و اعتکاف شهرین في المسجد الحرام و صیامهما و خیرهما کذا ام سعید می گوید: در این حال حضرت دو دست خود را باز کرد و سپس آنها را به یکدیگر ضمیمه نمود و این عمل را سه مرتبه تکرار کرد. [3]

## آسیب شناسی اعتکاف و ضرورت برنامه ریزی

«املای نانوشته، غلط ندارد». این یک حقیقت است که هر سنت حسنه ای که در جامعه رواج می یابد، به هر میزان که بر تعداد علاقه مندان آن افزوده می شود احتمال بروز آفت ها و آسیب ها، بیشتر می شود. از این جهت اعتکاف به عنوان سنتی جامع و پرثمر که به برکت انقلاب اسلامی احیا شده است، نیز ممکن است در اثر غفلت یا ضعف در برنامه ریزی ها مبتلا به آفت هایی شده و یا بشود.

در اکثر اوقات، نقطه ضعف های برنامه های فرهنگی نظیر اعتکاف، ناشی از فقدان یا کمبود امکانات و بودجه نیست، بلکه نتیجه ضعف برنامه ریزی و مدیریت است پیامبر اعظم صلی الله علیه و آله می فرمایند: «یابن مسعود! اذا عملت عملاً فاعمل بعلم و عقل و ایاك ان تعمل عملاً بغیر تدبیر فانّه جلّ جلاله یقول: وَلا تَكُونُوا كَالَّتِی نَقَضَتْ غَزْلَهَا مِنْ بَعْدِ قُوَّه أنكَاثاً؛ ای پسر مسعود آن گاه که کاری انجام می دهی با آگاهی و عقل انجام ده و مبادا کاری را بدون برنامه ریزی و

---

1) بحار الانوار، ج 1، ص203، ح33.

2) کنز العمال، ج 3، ص 415، ح 7211.

3) بحارالانوار، ج 101، ص 71، ح 14.

آگاهی انجام دهی! همانا خداوند متعال می فرماید: مانند زنی نباشید که رشته های خود را پس از محکم تابیدن واتابیده است». [1]

ضرورت کار علمی و میدانی درباره آسیب شناسی اعتکاف، می طلبد که مراکز علمی و صاحب نظران با همکاری ستادها و متولیان اعتکاف به تحقیق در این باره اهتمام ویژه ای داشته باشند.

بدیهی است این نوشتار مختصر نه مدعی آسیب شناسی جامع و مانع است و نه در صدد آن، لیکن از به صورت هشدار به نمونه هایی از آسیب های اعتکاف که گاه در گوشه و کنار مشاهده شده است، اشاره می کند:

.1

فقدان برنامه مناسب و از پیش طراحی شده که بتواند متناسب با حال و هوای معنوی اعتکاف، شرکت کنندگان را در تمام ساعات و لحظه ها پشتیبانی کند. گاهی احساس می شود که خلوت با بیکاری اشتباه گرفته می شود؛

.2

عدم تناسب برخی برنامه ها با مقتضیات اعتکاف اگرچه تنوع و تعدد منطقی برنامه ها یکی از اصول جذابیت کار فرهنگی - تبلیغی بشمار می رود ولی مهمتر از آن همخوانی و هم سنخی برنامه ها با هدف و مقتضیات اعتکاف است گاهی غفلت از این اصل، باعث می شود که برنامه هایی خارج از مقصود اعتکاف و حتی بعضاً ناسازگار با شئون اعتکاف توسط متولیان اجرا شود. مثلاً پخش فیلم سینمایی برگزاری جلسات پرسش و پاسخ با موضوعاتی مانند روابط دختر و پسر و مواردی دیگر از این دست خطاها؛

.3

ضعف کیفی محتوای برنامه ها به ویژه سخنرانی ها و نشست های دینی در اعتکاف؛

.4

مرید و مراد بازی ها؛

.5

بی کاری به جای فراغت؛

.6

افراط و تفریط ها در امور معنوی؛

.7

عدم توجه به دسته بندی نیازهای مخاطبان (عمومی و اختصاصی)؛

.8

غلبه رویکردهای علمی، سیاسی، اجتماعی، عرفانی و ... بر ابعاد عبادی و تربیتی؛

.9

تزاحم خلوت و جلوت؛

.10

رفیق بازی های مانع خلوت پربار؛

---

1) بحار الانوار، ج 77، ص 100.

.11

فقدان آرامش و سکوت مناسب اعتکاف؛

.12

غلبه دغدغه امکانات مادی و رفاهی بر محتوا؛

.13

عدم تناسب برنامه ها مکان و امکانات با نیازها و مسائل بانوان از جمله: مهدکودک، استحمام، پوشیدگی مکان و ... ؛

.14

مبدل شدن اعتکاف عبادی، به مراسمی مذهبی و اجتماعی گاهی دیده می شود که دست اندرکاران اعتکاف چنان وقت معتکفین را به انواع برنامه های سخنرانی، عزاداری، شبی با قرآن، مناجات خوانی های طولانی و عمومی ختم صلوات حلقه های بصیرت و حتی پخش فیلم و برگزاری پرسش و پاسخ سیاسی پر می کنند که روح اصلی اعتکاف تضعیف و کارکرد محوری آن - یعنی خلوت، تفکر، نجوای با خداوند - بدون کار کرد و بی کیفیت می شود؛

.15

برگزاری عمومی، طولانی و غالباً پر سروصدای مراسمات در محیط اعتکاف گاهی اذیت شدن معتکفین را فراهم می سازد که در مواردی مشمول حکم حرمت نیز می گردد؛

.16

تقبیح افراطی مسئلهٔ خواب در اعتکاف بعضاً مشاهده می شود که مبلغین محترم بدون توجه به مبانی و منابع فقهی خواب در حال اعتکاف را تا سرحد ابطال اعتکاف مورد تقبیح قرار داده اند؛ مثلاً استدلال می کنند:

این جا مسجد است؛ (صغری)

خواب در مسجد کراهت دارد؛ (کبری)

چیزی که کراهت دارد با مستحب (اعتکاف) نمی سازد. (نتیجه)

بنابراین در حال اعتکاف خوابیدن مبطل اعتکاف و یا لااقل کاهش دهنده ثواب اعتکاف است!

در حالی که:

اولاً، مطلق خوابیدن در مسجد کراهت ندارد، بلکه بسیاری از خواب ها در مسجد مستحب مانند خواب کسی که مطمئن است اگر به خانه برود و بخوابد قطعاً برای نماز صبح بیدار نمی شود. آنچه در منابع فقهی آمده است تنها

کراهت خواب در دو مورد است ؛ اول، - به نظر اهل سنت- خواب کسی است که از ابتدا به نیت خوابیدن به مسجد می رود. دوم، - به نظر شیعه - خواب کسی

که مسجد را خانه خود قرار می دهد. ولی هیچ یک از علما درباره خوابیدن در مسجد حکم به حرمت نکرده است، حتی درباره کسی که یقین دارد اگر در مسجد بخوابد، جُنُب می شود یا بول می کند!

خلاصه ایجاد مانع برای خواب معتکفین یا تقبیح خواب در اعتکاف حرکتی نادرست و ناسازگار با مبانی شرعی است.

.17

اختصاص شرکت در اعتکاف به توده مردم: با تأمل در فلسفه و آثار اعتکاف، می توان دریافت که هر چه قدر مشغله و موقعیت ،فرد بیشتر شخص را در معرض خطر غفلت از یاد خدا، خودسازی، توبه و اصلاح قرار می دهد نیازش به اعتکاف بیشتر و اخلاقاً برای او ضروری تر است از این رو برای رؤسا، ثروتمندان مسئولین و مدیران جامعه نیاز به اعتکاف بیش از توده مردم است. حال آنکه در زمان ما بر عکس است؛ توده مردم در زمان ما بر عکس است؛ توده مردم استقبال بیشتری برای شرکت در اعتکاف از خود نشان می دهند و خواص و مسئولین کمتر در اعتکاف حضور پیدا می کنند؛

.18

پیوند نادرست عمل ام داوود به اعتکاف عمل ام داوود اگرچه عملی بسیار با فضیلت است، لیکن هیچ ملازمه ای با عمل اعتکاف ندارد؛ به این معنا که نه اعتکاف مشروط به عمل «امّ داوود» است و نه شرط قبول یا صحت عمل ام داوود شرکت در اعتکاف. متأسفانه در اکثر شهرها مشاهده می شود که این عمل طولانی و دشوار به گونه ای معرفی شده است که اکثر معتکفین انجام آن را بر خود تحمیل می کنند این ذهنیت چند آسیب جدی به همراه دارد:

نخست، تلخ شدن آخرین ساعات حضور در اعتکاف برای بخش زیادی از معتکفین- به خصوص نوجوانان و جوانان - در حالی که ساعات پایانی باید شیرینترین و روحیه بخش ترین اوقات اعتکاف باشد تلخی همراه با خستگی نگرانی از عدم پایان دادن عمل ام داود تا پیش از غروب این پا و آن پا کردن و ....

دوم، ایجاد دل زدگی و ذهنیت نامناسب از اعتکاف برای تازه واردها و نوجوانان که عاملی برای عدم تکرار حضور آن ها در این کنگره بزرگ معنوی خواهد شد. حتی ممکن است این ذهنیت را به وجود آورد که تمام مسائل دینی سخت و دشوار است.

سوم، ایجاد تصور نادرست از خویشتن برای معتکفین معتکفی که نمی تواند این عمل طولانی را انجام بدهد یا با لذت و توجه قلبی به انجام برساند ممکن است خود را فردی ضعیف الایمان، بی علاقه به ذکر و معنویات و دور از ساحت لطف خداوند متعال تصور کند که این روحیاتش همگی با روح کلی اعتکاف در ناسازگاری است.

قطعاً با برنامه ریزی اصولی و بهره گیری از تجارب دیگران می توان از میزان این آسیب ها کاست و بر غنای این فعالیت فرهنگی افزود.

«کتاب کار اعتکاف» تلاشی است هر چند ناچیز برای ارج نهادن به انگیزه های خالص و همت های والای تمام کسانی که رویکرد اصلی تقابل با جنگ نرم دشمن فاسق و پیشبرد اهداف اسلام ناب را در ترویج معنویتی مبتنی بر شریعت و توأم با بصیرت می دانند. به ویژه روحانیون معظم و ائمه محترم جماعات که در این عرصه باید نقش فرماندهی جنگ نرم را ایفا کنند و پیش قراول برگزاری مراسم جامعی از اعتکاف باشند.

# بخش اول: فعالیت های پیش از اعتکاف

## اشاره

«امام جماعت، مدیر طبیعی مسجد است».

مقام معظم رهبری

## مقدمه

با توجه به این فرض که امام جماعت باید مدیریت کلان اعتکاف را بر عهده داشته باشد و سایر اعضا و ارکان زیر نظر ایشان و مطابق برنامه از پیش تعیین شده فعالیت ،نمایند دو مقوله پیش از هر اقدامی برای ائمه محترم جماعات، ضروری است:

نخست، تهیه چک لیست کاملی از تمام فعالیت ها و اقداماتی که باید از ابتدا تا انتهای پروژه برگزاری اعتکاف، اتفاق بیافتد؛ اعم از اقدامات پیش از اعتکاف، حین اعتکاف و پس از اعتکاف. فایده این چک لیست این است که:

اولاً، هیچ کاری فراموش نخواهد شد.

ثانیاً، برای هر اقدام یا فعالیتی می توان زمان سررسید و مسئول مشخصی تعیین نمود و بدین وسیله فرآیند پروژه اعتکاف را لحظه به لحظه و مستند پیگیری و نظارت کرد مجموعهٔ فعالیت هایی که در فصول بخش های سه گانه این کتاب ارائه شده اند می توانند چک لیست مورد نظر را تشکیل دهند. (پیوست1)

دوم، تشکیل ستاد مرکزی اعتکاف، با اهدافی همچون:

أ) سیاست گذاری برنامه ریزی هماهنگی و نظارت بر اجرای صحیح برنامه اعتکاف؛

ب) تعیین مسئولین بخش های مختلف اعتکاف؛

ت تدوین و ابلاغ شرح وظایف مسئولین بخش های مختلف؛

ث) دریافت، بررسی و تأیید برنامه و بودجه مسئولین بخش های مختلف؛

ج) شناسایی و جذب منابع مالی و امکاناتی دولتی و غیردولتی؛

ح) تمهید مقدمات لازم برای مدیریت بحران؛

خ) اخذ گزارش کاری و مالی در جریان و پایان اعتکاف و حسابرسی؛

د) اطلاع رسانی و گزارش کار به مردم مسجد و معتمدین محل و انتشار مناسب آن؛

و با ترکیب بندی:

أ) امام جماعت؛

ب) رئیس هیأت امنای مسجد؛

ت) فرمانده پایگاه بسیج مسجد؛

ث) مسئول امور مالی مسجد یا بسیج ؛

ج) معاون تبلیغات بسیج؛

ح) دو تن از معتمدین محل؛

خ) دو تن از جوانان فعال به انتخاب امام جماعت؛

د) سایر افراد با نظر اعضا و تأیید امام جماعت به صورت عضو یا میهمان؛

## فصل اول: تبلیغات تشویق و زمینه سازی

1. شروع تبلیغ و ترغیب مردم محله برای حضور در اعتکاف، حداقل از یک ماه پیش و از طریق:

1-1. نصب پلاکاردها و بنرهای جذاب حاوی آیات، روایات، سخنان علما و بزرگان و جملات ادبی و اشعاری در زمینه اعتکاف و آثار و احوال آن و فوائد؛ فوائدی از قبیل: تزکیه روح، ازدیاد ایمان و تقوا کسب ثواب عظیم نورانیت و نشاط قلبی، گشوده شدن عقده های درونی و رسیدن به آرامش و امید هدفمند، شدن زندگی، کسب معارف و ،علوم، تقویت اراده و صبر، گسترش محبت، عطر آگین شدن فضای زندگی و در یک کلام تقویت و گسترش ارزش ها و هنجارهای اسلامی و انسانی در بخش پیوست ها، نمونه هایی از آیات، روایات، سخنان بزرگان، جملات ادبی و اشعار زیبا به منظور بهره برداری متولیان محترم اعتکاف عرضه شده است. (پیوست 2)

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

2-1. برگزاری جلسات کوتاه و جذاب در مراکز تجمع دانش آموزان و دانشجویان و عموم جوانان توسط ائمه محترم جماعات و طلاب محترم مراکزی مانند مدارس، دانشگاه ها و مدارس علمیه خوابگاه ها مراکز فرهنگی - هنری باشگاه ها و ورزشگاه ها و هیئات مذهبی، سازمانه ای مردم نهاد و...

در بخش پیوست ها نمونه هایی از سوژه های سخنرانی با هدف ترغیب جوانان به اعتکاف و اصلاح نگرش عموم به این سنت مقدس ارائه شده است. (پیوست 3)

1-3. استفاده از رسانه ها از جمله زیرنویس تلویزیون استانی، پیامک، وب سایت و وبلاگ، نشریات و...

2- تبیین آسانی شرایط و احکام اعتکاف برای همگان از محصلین تا خانم های خانه دار، از معلولین و جانبازان تا سالمندان و ... . بخشی از مردم همواره در آرزوی شرکت در اعتکاف، به سر می برند ولی به دلیل جهل به راه کارهای شرعی گمان می کنند که وضعیت شغلی یا جسمی آنها مانع از درک این فیض بزرگ است؛ درحالی که با تبیین روشن مسائل شرعی اعتکاف، از جمله مجوزهای شرعی برای خروج از مسجد و ... می توان این دسته را هم از این فرصت معنوی بهره مند ساخت.

این آگاهی بخشی، از راه های گوناگونی می تواند انجام پذیرد؛ مانند اختصاص دقایقی از فاصلهٔ بین دو نماز به بیان این نوع از احکام شرعی، چاپ و توزیع بروشورها، بنرها، تراکت ها و سایر اقلام تربیتی محتوی این پرسش ها و پاسخ ها.

مهم ترین شبهات و ابهامات درباره اعتکاف بدین شرح است:

شبهه اول

اعتکاف نوعی گوشه گیری از اجتماع و رهبانیت است و اسلام با رهبانیت مخالف است. همچنان که از پیامبر اسلام منقول است که «لارهبانية في الاسلام».

پاسخ:

اولاً، همچنان که نفی رهبانیت با استناد به روایت رسول اکرم حجت است، اصل و فرع اعتکاف هم با با استناد به آیات و روایات و سیره معصومین علیهم السلام مشروع است و از طرفی یقینی است که امامان دو حکم متناقض صادر نمی کند؛ بنابراین بین اعتکاف و پرهیز از رهبانیت منفی رابطه ای وثیق برقرار است.

ثانیاً، رهبانیت دارای دو معناست:

**نخست رهبانیت به معنای ترس و خشیت از خداوند متعال که نه تنها منفی و مردود نیست، بلکه از برترین اخلاقیات دانایان و عباد رحمان است. در قرآن کریم فرموده است: «إِنَّمَا يَخْشَى اللَّهَ مِنْ عِبَادِهِ الْعُلَماءُ»** [1] و پیامبر عزیز اسلام به امیرالمؤمنین علیهم السلام می فرمایند: يا عليّ! اخوانك الذُّبُلُ الشَّفَاءِ تُعْرَفُ الرَّهْبَانِيَّةُ في وُجُوهِهِمْ؛ «یعنی برادران تو کسانی هستند که از شدت روزه، لبانشان خشک شده و آثار رهبانیت در چهره هایشان هویداست. [2]

دوم، رهبانیت به معنای دوری از جامعه و بی تفاوتی نسبت به اوضاع مسلمین به بهانه عبادت و خلوت. این نوع از رهبانیت قطعاً مذموم است همان گونه که در قرآن کریم مذمت شده است. [3]

شبهه دوم

اعتکاف با حس مسئولیت اجتماعی مسلمان ناسازگار است؟

پاسخ:

---

1) فاطر: 28.

2) بحار الانوار، ج 68، ص 40.

3) حدید: 27.

اولاً، مشروعیت اعتکاف مستند به آیات و روایات دلیلی بر بطلان این توهم است.

ثانیاً، احکام و آداب اعتکاف نوعاً منافی با بی تفاوتی نسبت به جامعه و دوری از اجتماع است؛ مثلاً در اعتکاف شرط شده است که در مسجد جامع برگزار شود و مسجد جامع هر شهر، شلوغ ترین مسجد آن شهر از نظر حضور جمعیت نمازگزاران است. همچنین احکام مربوط به موارد جواز خروج معتکف از محل اعتکاف حاکی از اهتمام اسلام به اجتماع و مصالح آن حتی در حال اعتکاف است. معتکف می تواند در حال اعتکاف برای انجام برخی از امور از مسجد خارج شده و پس از اتمام کار به مسجد برگردد؛ کارهایی نظیر عیادت از بیمار مسلمان تشییع جنازه مؤمن رفع حاجت مؤمنین، ادای دین و قرض و... [1]

شبهه سوم

مشقت برخی احکام و شرایط اعتکاف دیگر ابهامی است که با روح ساده و آسان بودن اسلام سازگار نیست.

پاسخ:

اولاً، می توان اعتکاف را در ماه مبارک رمضان برگزار کرد که هم به صورت عادی، مسلمانان روزه هستند و هم توقف در مسجد و عدم حضور در محیط کار و تحصیل، مقداری از سختی های روزه داری را کاهش می دهد.

---

1) میمون بن مهران: کُنت جالساً عند الحسن بن علی بن ابی طالب علیهما السلام فأتاه رجل فقال: یا ابن رسول الله إن فلاناً له علی مال و یرید أن یحبسنی. فقال علیه السلام: والله ما عندی مال فأقضی عنك قال: فَکَلمه فلبس علیه السلام نعله فقلت له: یا بن رسول الله أنسیت اعتکافک؟ فقال: لم أنس و لکنّی سمعت أبي یُحدث عن جدی رسول الله أنّه قال: من سعی فی حاجة اخیه المُسلِم فکأنّما عبد الله عزوجل تسعة آلاف سنه صائماً نهاره و قائماً لیله؛ وسائل الشیعه، ج 7، ص 409، باب 7 از ابواب کتاب الاعتکاف، ح 4.

ثانیاً، در غیر ایام ماه مبارک می توان روزه قضا یا استیجاری نیت کرد و در اعتکاف شرکت نمود؛ زیرا مهم روزه دار بودن معتکف است، نه نحوهٔ نیت روزه اش.

ثالثاً، در صورت بروز اضطرار و ضرورت، معتکف می تواند از مسجد خارج شده و پس از اتمام کارش بازگردد، بدون آنکه به اعتکافش لطمه ای بخورد. [1]

رابعاً، از آنجا که در اعتکاف اگر فرد دو روز اول را در مسجد توقف کند، روز سوم بر او واجب می شود، کسانی که احتمال می دهند برای روز سوم مانعی رخ خواهد داد - به فتوای برخی مراجع - می توانند از ابتدا با خداوند شرط کنند که چنانچه در روز سوم برایشان مشکلی رخ داد که ناچار شوند اعتکاف را ترک کنند معذور باشند و بتوانند اعتکاف را ترک کنند.

3- سازماندهی خادمین اعتکاف از بین نیروهای علاقمند، توانمند و مورد اعتماد مانند اعضای بسیج معتمدین محل جوانان و نوجوانان علاقمند به خدمت افتخاری، در چهار مرحله زیر:

3-1. ثبت نام و شناسایی؛

3-2. بررسی توانایی ها و تعیین عرصه خدمت گذاری؛

3-3. اعلام اسامی پذیرفته شدگان و برگزاری جلسه توجیهی در دو بخش:

أ) مباحث عمومی اعتکاف؛ شامل آشنایی مختصر با فلسفه، پیشینه، آداب و احکام اعتکاف و آداب و ارزش خدمت گذاری به معتکفین؛

ب) مباحث تخصصی مربوط به هر بخش از فعالیت های اعتکاف، متناسب با اعلام داوطلبی افراد؛ مانند امور خدمات و پشتیبانی امور تبلیغات و فرهنگی و ....؛

---

1) البته این مسئله در رساله های عملیه دارای فروعاتی است که باید مراجعه شود.

4-3. تهیه و تحویل اقلام لازم برای خادمین؛ مانند لباس فرم هم شکل، کارت شناسایی و...

لازم به یادآوری است که همین امر می تواند فرصت خوبی برای جذب جوانان و نوجوانان به مسجد باشد. در بخش پیوست ها نمونه برگ مناسبی برای شناسایی و سازماندهی علاقمندان به خدمت در اعتکاف آمده است. (پیوست4)

## فصل دوم: فراهم کردن امکانات و فضای مناسب

1. دعوت و تشویق خیرین و مسئولین، ارگان ها و سازمان ها برای مشارکت در برگزاری اعتکاف از طریق:

1-1. برگزاری نشست ویژه حامیان و خیرین اعتکاف به منظور تبیین ابعاد تهاجم فرهنگی دشمن و نقش اعتکاف در خنثی سازی آن؛

1-2. معرفی و تشویق بانیان و خیرین اعتکاف سال گذشته در مراسم نشست ویژه یاد شده؛

1-3. واگذاری هر بخش از نیازهای اعتکاف به یک صنف مرتبط، یا یک طایفه ساکن در محل؛ مثلاً واگذاری تغذیه معتکفین به اصنافی مربوط به آن یا امور تبلیغاتی و انتشاراتی به صنف مربوطه و ...

2.

انجام تعمیرات و کارهای عمرانی پیش از فرارسیدن زمان اعتکاف؛

3.

غبار روبی و آذین بندی و زیباسازی فضای مسجد؛

4.

تأمین وسایل بهداشتی خوراکی و ... مورد نیاز؛

5.

تأمین سیستم های صوتی و تصویری باکیفیت؛

6.

آماده سازی آشپزخانه امکانات و تجهیزات مناسب و مورد نیاز؛

7.

آماده سازی تجهیز و تنظیف سرویس های بهداشتی و حمام ها؛

8.

قرار دادن مناسب ترین مکان برای افراد خاص، از جمله: جانبازان، معلولین و سالمندان به منظور تسهیل در رفت و آمد دسترسی به سرویس بهدا بهداشتی، سکوت و آرامش و دوری از محل رفت و آمدها و ....؛

9.

تعیین تعداد مناسبی از خادمین، ویژه رسیدگی به نیازهای معتکفین خاص؛

.10

در صورت حضور بانوان دارای فرزند خردسال تعبیه مکان مناسب جهت برپایی مهدکودک و تهیه امکانات و ابزار لازم و استخدام مربی یا مربیان شایسته به تناسب تعداد کودکان؛

.11

تهیه مهر و خاک تیمم، قرآن، مفاتیح، رساله توضیح المسایل و یک کتابخانه کوچک با موضوعات مناسب با حال و هوای اعتکاف و نیازهای اقشار حاضر در اعتکاف.

## فصل سوم: اطلاع رسانی سهمیه بندی و ثبت نام

1. تعیین جنسیت شرکت کنندگان در صورت عدم امکان سرویس دهی به آقایان و خواهران به طور هم زمان.

بهتر است مساجد محل، با هماهنگی و برنامه ریزی منسجم و متحد، معتکفین را به تفکیک جنسیت پذیرش نمایند و در مورد هر جنسیتی، تیم خادمین و مدیریتی همجنس را به کار گیرند تا ضمن پیشگیری از برخی عوارض منفی احتمالی موجبات راحتی معتکفین به ویژه بانوان محترم، فراهم شود.

2. تعیین مقطع سنی و قشر مخاطب یا سهمیه بندی ظرفیت مسجد بین اقشار مختلف تا نمادی از همگرایی نسل های مختلف و اقشار مختلف تحقق یابد.

اگرچه اقشار و سنین مختلف دارای نیازها و سلایق متفاوتند ولی بهتر است فضای واقعی و طبیعی زندگی را در اموری مانند اعتکاف حفظ کنیم تا خود علاوه بر تلطیف رفتارها و خلقیات، موجب حفظ ساختار جاری در جامعه گردد. گاهی تفکیک سنی معتکفین و تجمع یک مقطع سنی خاص، سبب بی توجهی به برخی نکات اخلاقی و تضعیف روح معنوی مورد انتظار در اعتکاف و معتکفین می شود؛ به خصوص در مقاطع سنی نوجوان و جوان.

3. چاپ و توزیع و نصب اقلام تبلیغاتی مربوط به ثبت نام و ایجاد انواع راه های ثبت نام به ویژه راه های غیر حضوری مانند تلفن، پیامک، وب سایت و پست الکترونیک به منظور تسهیل در امر ثبت نام.

.4

اعلام شفاف امکانات و تدابیر لازم برای سرویس دهی به افراد خاص، مانند جانبازان و معلولین سالمندان بانوانی که فرزندان کوچک دارند و ...؛

.5

تهیه فرم ثبت نام ساده، کامل، خلاصه و توزیع آن در مراکز مختلف مانند مدارس و مراکز آموزشی منطقه مراکز ورزشی و هنری سوپر مارکتهای محله و .... در بخش پیوست نمونهٔ این فرم ارائه شده است. (پیوست5)

.6

تعیین شرایط لازم جهت حضور افراد در اعتکاف؛ شرایطی مانند توانایی گرفتن روزه، تعهد اقامت سه روز کامل در مسجد رضایت والدین برای نوجوانان و رضایت همسر برای بانوان ارائه مدرک معتبر پزشکی برای بیمارن و معلولان مبنی بر عدم ضرر اعتکاف برای آنان و ...؛

.7

انجام ثبت نام در محدوده زمانی مناسب و کافی و تشکیل پرونده برای هر فرد؛

.8

مشخص کردن شرکت کنندگانی که نیاز به رسیدگی و امکانات خاص دارند؛ مانند: بانوان دارای فرزندان خردسال، سالمندان جانبازان و معلولین افراد مبتلا به بیماری های خاص البته غیر واگیردار و ....؛

.9

انجام ثبت نام به تعداد دو برابر ظرفیت برای انجام بررسی های نهایی و انتخاب افراد دارای شرایط؛

.10

تشکیل شورای پذیرش متشکل از امام جماعت، دبیر اجرایی اعتکاف، رئیس هیئت امنا، فرمانده پایگاه بسیج مسجد و یک پزشک معتمد برای بررسی شرایط افراد ثبت نام کرده و انتخاب نهایی آنان بر اساس سهمیه بندی؛

.11

تنظیم دو فهرست از معتکفین؛ فهرست معتکفین اصلی - به تعداد ظرفیت مسجد - و فهرست معتکفین ذخیره - به تعداد 10% ظرفیت مسجد - که در صورت انصراف معتکفین اصلی جایگزین خواهند شد؛

.12

اعلام دو فهرست نهایی شده حداقل 10 روز قبل از آغاز اعتکاف تا افرادی که جزو پذیرفته شدگان نیستند بتوانند به مراکز دیگر مراجعه نمایند؛

.13

تعیین و اعلام زمان نهایی مراجعه معتکفین اصلی برای دریافت کارت اعتکاف و بلافاصله پس از اتمام مهلت مراجعه معتکفین اصلی و اعلام زمان مراجعه معتکفین ذخیره و دریافت کارت با این کار پرونده ثبت نام معتکفین بسته می شود.

## بخش دوم: فعالیت های حین اعتکاف

### اشاره

## فصل چهارم: استقبال معنوی از اعتکاف

به منظور فرهنگ سازی و به عبارتی استقبال معنوی از معتکفین می توان از راه کارهای زیر استفاده نمود:

.1

برقراری ارتباط با معتکفین به منظور آگاهی بخشی نسبت به آداب و احکام اعتکاف؛

.2

ارسال پیام های مناسب و جذاب برای معتکفین از طریق پیامک، جزوه و نشریه های ویژه؛

.3

ارسال فرم مخصوص اعلام داوطلبانه توانمندی ها نیازها پیشنهادها و علاقمندی های معتکفین به منظور بهینه سازی برنامه ها استفاده از ظرفیت ،علمی فرهنگی و اجرایی معتکفین در برگزاری هر چه بهتر اعتکاف؛ (پیوست6)

.4

دعوت از معتکفینی که علاقه خود برای مشارکت در امور اجرایی یا فرهنگی اعتکاف را اعلام کرده اند همچنین توجیه سازماندهی و مسئولیت سپاری به آنان؛

.5

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

.6

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

.7

تهیه و چاپ کارت شناسایی معتکفین، ژتون غذا و سایر اقلام مورد نیاز با طراحی زیبا و وزین.

## فصل پنجم: استقبال از معتکفین

.1

آماده سازی امکانات و نیروهای انسانی لازم برای ثبت نام معتکفینی که وارد مسجد می شوند؛

.2

تهیه و اجرای برنامه معنوی و جذاب استقبال از معتکفین توسط عوامل اجرایی اعتکاف بدرقه توسط بستگان و مردم محل، شامل:

2-1. آذین بندی طاق نصرت در مقابل درب ورودی مسجد؛

2-2. اسفند دود کردن؛

2-3. پخش قرآن و سروده های معنوی مناسب؛

2-4. عبور دادن معتکفین از زیر قرآن توسط روحانی مسجد؛

2-5. تحویل بسته فرهنگی اعتکاف به معتکفین؛

.3

تعیین مکان مخصوص هر معتکف و اجرای برنامه آشنایی با ،اماکن، امکانات و برنامه های اعتکاف؛

.4

برگزاری مراسم معارفه بین معتکفین و مسئولین و خادمین و به خصوص معرفی چهره های شاخص همچون خانواده، معظم شهدا، جانبازان و آزادگان، فرهیختگان و هنرمندان؛

.5

رسیدگی به نیازهای اولیه و دغدغه های احتمالی معتکفین و انجام جابه جایی های لازم و نهایی؛

.6

برگزاری اولین مسابقه با موضوع آشنایی نهایی با احکام اعتکاف، آداب مسجد و اعتکاف، برخی نکات اخلاقی ناظر به رعایت حقوق دیگران گذشت و ایثار، خوش اخلاقی،

دوست یابی و اخوت دینی، بهره برداری کامل از فرصت ها و ... که از طریق نشریه شماره 1 در اختیار معتکفین گرامی قرار می گیرد.

## فصل ششم: برنامه های اعتکاف

الف) برنامه های عمومی

1- افتتاحیه، شامل خوش آمدگویی، معارفه، اجرای برنامه هنری - مذهبی همچون سرود یا تواشیح یا شعر خوانی یا دکلمه تشریح برنامه های اعتکاف و تذکرات لازم الاجرا، سخنرانی در موضوع فضایل مولا علی علیه السلام و اعتکاف، توسل و مولودی خوانی؛

2- فراهم کردن امکان پرسش و پاسخ دینی به صورت شفاهی و کتبی (شناخته شده و ناشناس). با تشکیل جلسات پرسش و پاسخ تعبیه صندوق مخصوص پرسش های دینی و سایر راه ها می توان به سؤالات و شبهاتی که احیاناً برای معتکفان مطرح است، جواب داد؛

3- طراحی مسابقات، مانند: مسابقات اعتقادی، احکام، سیاسی، تاریخی و اخلاقی، مسابقات خاطره نویسی، مسابقات مقاله و شعر، مسابقه نقاشی و طراحی پیرامون اعتکاف (قبل یا بعد از اتمام مراسم)؛

4- فراهم کردن امکانات، ارائه پیشنهادها و انتقادات معتکفین به مسئولان ستاد اعتکاف به صورت کتبی و شفاهی؛

5- تهیه امکان گرفتن عکس یادگاری دسته جمعی با دوستان معتکف و خادمین؛

6- دعوت از سخنرانان و مداحان توانا جهت اجرای مراسم در جمع معتکفین؛

7- برپایی مراسم مناجات و توسل مانند زیارت عاشورا دعای توسل، دعای کمیل، دعای ندبه مراسم دعا و مناجات و اعمال مشهور به «ام داوود»؛

8- اجرای برنامه شبی با قرآن با دعوت از قاریان ممتاز کشور؛

9- برگزاری مسابقه روزنامه دیواری ویژه نوجوانان علاقه مند؛

10- چاپ و انتشار جزوه یا کتاب آداب و اسرار اعتکاف و توزیع آنها در میان معتکفین؛

11- اجرای مراسم تواشیح توسط گروه های مختلف؛

12- برگزاری حلقه های معرفت با حضور روحانیون و اساتید توانمند؛

13- برپایی با شکوه نماز جماعت مسجد و حضور مردم در کنار معتکفین به منظور انتقال معنویت اعتکاف به سایرین؛

14- سخنرانی های کوتاه امام جماعت مسجد پیرامون موضوعات مناسب با اعتکاف (پیوست3)؛

15- مولودی به مناسبت شب و روز 13 رجب سالروز ولادت مولود کعبه حضرت امیرالمؤمنین علی علیه السلام؛

16- سوگواری به مناسبت 15 رجب رحلت حضرت زینب کبرا علیها السلام؛

17- توصیه های موضوعی و چهره به چهره توسط ائمه جماعت و روحانیون و مبلغین حاضر در اعتکاف با موضوعاتی نظیر:

17-1. تشویق به اندیشیدن و راهنمایی معتکفین در این باره؛

براساس آیات و روایات تفکر و تدبر بهترین عبادت است؛ از این رو چه نیکوست که در مسائل خداشناسی خودشناسی و غیره به تفکر و اندیشه پرداخت.

17-2. سکوت و فواید و آثار آن؛

17-3. حق الناس و عواقب بی توجهی به آن؛

17-4. یاد خدا و آرامش حقیقی؛

17-5. تأثیر همنشین صالح و طالح در سعادت و شقاوت انسان؛

17-6. امر به معروف و نهی از منکر که اعتکاف جلوه عملی و جمعی آن است؛

17-7. آرمان خواهی در سیره شهدا و امام شهدا؛

17-8. صفات اولوا الالباب و مهدی یاوران؛

و....

18. نظر سنجی: با تهیه پرسشنامه ای دقیق و کامل باید اعتکاف و فعالیت های آن را در سه بخش، در معرض ارزیابی و نظرسنجی معتکفین قرار داد:

18-1. بخش محتوایی برنامه ها؛ شامل:

کیفیت سخنرانی ها؛

میزان توانمندی اساتید و مبلغین در پاسخ گویی به سؤالات و شبهات معتکفین 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 و مولودی، اعمال ام داود؛

میزان اثر بخشی تبلیغات محیطی.

18-2. بخش امکانات و خدمات؛ شامل:

پاکیزگی مکان اعتکاف؛

نحوه توزیع؛

ب) برنامه های اختصاصی:

با توجه به حضور اقشار مختلف مردم با سنین و افکار و سطوح گوناگون در اعتکاف در صورت امکان باید برای هر قشر و گروهی برنامه هایی متناسب با نیازها مشکلات و علایق آنها برگزار نمود. به عنوان مثال، اعتکاف فرصت مناسبی است که:

1.

کسبه و کارمندان و کارگران با احکام اصلی مکاسب آشنا شوند؛

2.

به نوجوانان و جوانان مباحث و مهارت هایی مانند:

أ) مدیریت هیجانات و غرایز؛

ب) مدیریت ارتباطات انسانی؛

ت) راه های کسب اراده و انگیزه برای انجام وظایف جدی، همچون تحصیل، تهذیب و ورزش؛ منتقل شود.

3. مادران با مباحثی چون

أ) مهارت های اصلی و کلیدهای تربیت کودک و نوجوان؛

ب) مهارت های شوهرداری؛

ت) راه های تشویق فرزندان به نماز مسجد و... آشنا؛ گردند.

4. برای بزرگسالان و سایر علاقمندان فرصت هایی به منظور تصحیح قرائت نماز قرار داده شود.

## فصل هفتم: مراقبت ها و ملاحظات

### اشاره

تجربهٔ برنامه های مشابه اعتکاف و نیز اعتکاف در سال های گذشته و اماکن گوناگون نشان می دهد که برخی مراقبت ها و ملاحظات می تواند بر میزان رضایتمندی معتکفین و به تبع آن میزان بهره برداری معنوی از این فرصت آسمانی بیافزاید و برخی تنش ها و آسیب ها را به حداقل برساند. برخی از این مراقبت ها و ملاحظات از این قرار است:

### 1. برنامه ریزی، نظارت و بازرسی

ضروری است با به کارگیری روش هایی در شأن اعتکاف و معتکفین افراد و تیم هایی به صورت محسوس و نامحسوس به نظارت و بازرسی مستمر محیط اعتکاف بپردازند تا احتمال بروز مشکلاتی نظیر سرقت جدال و دعوا خطرات فکری و اخلاقی و کاهش یابد. در این راستا باید سازوکار درستی تهیه شود که در آن تمام موارد و احتمالات راه کشف 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 می کنند باید دارای صلاحیت های لازم باشند.

### 2. توجه به مسئله خواب

یکی از نیازهای روحی و جسمی هرانسان خواب مناسب و متناسب در روز است. غالباً معتکفین عزیز مصمم هستند که ساعات ملکوتی و عرفانی سحر را به عبادت و خلوت بگذرانند؛ به همین جهت آرامش ابتدای شب به منظور تأمین حداقل خواب مورد نیاز ضرورت دارد؛ از این رو مسئولین اعتکاف باید تمهیداتی در نظر بگیرند که در این ساعات بخش اصلی شبستان مسجد برای استراحت عزیزان فراهم و از سکوت و تاریکی لازم برخوردار باشد. به منظور انجام فعالیت های تدارکاتی یا فرهنگی در

ساعات شب، بهتر است مکان خاصی از مسجد که مزاحمتی برای معتکفین ایجاد نمی کند در نظر گرفته شود یا تمام فعالیت ها در ساعات روز برگزار گردد معتکفین هم باید توجیه شوند تا با رعایت این نکته، برای خود و دوستانشان و به خصوص سالمندان شرایط مطلوبی فراهم سازند تا بعداز مدتی استراحت، با انرژی و شادابی بیشتری به امور عبادی خود بپردازند.

### 3. پیشگیری و علاج افسردگی

چه بسا عده ای از معتکفان - خصوصاً نوجوانان - به سبب دوری از خانواده و دوستان، گاهی دچار دلتنگی شوند؛ بنابراین می توان برنامه ها را به گونه ای تنظیم کرد که در ساعاتی خاص بستگان معتکفین امکان حضور در مسجد را داشته باشند تا ضمن دیدار با آنان به تشویق و تقویت روحیه آنها بپردازند.

البته بهتر است این زمان کوتاه و در ساعاتی مانند بعد از افطار یا قبل از اذان ظهر باشد تا نه به عبادت فردی و نه به مراسم ها لطمه ای وارد شود و نه مزاحمتی در ساعات استراحت داشته باشد.

### 4. توجه به ادعیه و اعمال عمومی تر:

اگر چه در ایام اعتکاف می توان دعاهای متعددی چون دعاهای ماه رجب جوشن کبیر و ... را خواند، اما آنچه که برای عموم معتکفان اعم از باسواد و بی سواد جوانان و بزرگسالان، مناجاتیان حرفه ای و تازه کاران، ممکن و آسان است خواندن دعاها و اذکار کوتاه، ولی پرمحتواست که به برخی از آنها اشاره می کنیم:

الف) ادعیه و زیارات، شامل:

اَللَّهُمَّ كُنْ لِوَلِيِّکَ الْحُجَّهِ ابْنِ الْحَسَنْ ... (دعای سلامتی امام زمان علیه السلام)؛ اِلهِی عَظُمَ الْبَلآءُ ... (دعای فرج)؛ اِلهی قَلْبی مَحْجُوبٌ وَ ....؛ دعای توسل؛

مناجات حضرت امیر علیه السلام در مسجد کوفه اَللّهُمَّ اِنّی اَسْئَلُکَ الْأَمانَ ...؛

حدیث شریف کساء؛

زیارت عاشورا؛

زیارت امین الله؛

زیارت آل یاسین؛

و نیز توصیه به تدوام و استمرار اذکاری همچون تهلیل، تسبیح، تکبیر، تحمید، حوقله، استغفار.

ب) نمازهای واجب و مستحب، شامل:

نماز قضا به جماعت؛

نمازهای منسوب به معصومین علیهم السلام؛

نماز حاجت؛

نماز استغفار و توبه؛

و ....

### 5. اهتمام ویژه به بهداشت فردی و محیط

1. احترام به خلوت و سکوت و اندیشیدن افراد و جزو برنامه دانستن آن نه بیکاری و ..

## بخش سوم: فعالیت های پس از اعتکاف

### اشاره

## فصل هشتم: اختتامیه اعتکاف

اردوی سه روزۀ راهیان ملکوت پایان می یابد آسمانیان با کوله باری از مشک و عنبر و نور، رهسپار زمین می شوند اما این بار نمی روند که بمانند و به بیماری مهلک اخلاد الی الارض گرفتار شوند بلکه می روند تا گرفتاران در چاه نفس را دستگیری کنند این ها بسان گل های معطری هستند که با حضور موقت خود در میان مردم شامۀ معنوی آنان را به عطر خدا آشنا و دل هایشان را برای انقطاع الی الله مشتاق می سازند. همان قدر که اشتیاق بازگشت به جمع خانواده و دوستان زمینی در دل دارند، جدایی از همسفران برایشان تلخ و ناگوار است. باید آخرین لحظه ها را باشکوه برگزار کرد تا خاطراتش بخشی از این تلخی را جبران کند. در اختتامیه اعتکاف می توان برنامه های زیر را اجرا کرد:

.1

تلاوت قرآن کریم؛

.2

پخش کلیپی از لحظه های خاطره انگیز چند روز گذشته؛ لحظه ورود به اعتکاف، خلوت سحری عزیزان گریه ها و توسل های دسته جمعی لحظه های ابراز محبت معتکفین به یکدیگر، صحنه هایی از بی خوابی و زحمات بی ریای خادمین اعتکاف و ... که هنرمندانه و با کیفیت تهیه شده است؛

.3

گزارش مختصر و مفید مدیر اجرایی اعتکاف؛

.4

سخنان اخلاقی و عاطفی امام جماعت مسجد با هدف ارائه راه و روشی به معتکفین برای حفظ و تثبیت حال و آثار اعتکاف در زندگی عادی؛

.5

انجام مراسم حلالیت طلبی معتکفین از خادمین، خادمین از معتکفین و معتکفین از یکدیگر.

از آنجایی که ممکن است در این چند روزه - از روی خطا و جهل یا خدای ناکرده عمد و علم- نسبت به دیگران بی احترامی غیبت و ... صورت گرفته باشد پس لازم است که معتکفان و خادمان گرامی در پایان اعتکاف از همدیگر حلالیت بطلبند.

## فصل نهم: پس از اتمام مراسم اعتکاف

### 1. غبار روبی پایانی

همان طوری که پیش از اعتکاف، خادمان و معتکفان در امر «غبارروبی مساجد» مشارکت به عمل آوردند، شایسته است پس از اتمام زمان و مراسم با شکوه و گسترده اعتکاف نیز به بهداشت و غبار روبی جایگاه اعتکاف (مسجد) اهمیت دهند چه نیکوست که معتکفین هم داوطلبانه در این امر خیر مشارکت نمایند.

### 2. بررسی اموال و امکانات

بلافاصله پس از اعتکاف عده ای که از قبل تعیین شده اند باید تمام ابزار، وسایل و امکانات مورد استفاده در اعتکاف را جمع آوری و شمارش و بررسی کنند. آن بخش که مربوط به خود مسجد است به مسئول مربوطه تحویل داده می شود و بخش دیگری که به صورت امانی در اختیار ستاد اعتکاف قرار گرفته بود، به صاحب حقیقی یا حقوقی آن بازگردانده می شود.

امانتداری و تسریع در بازگرداند امانت، موجب جلب اعتماد خواهد شد و این اعتماد سرمایه ای است برای سال های آینده که صاحبان امکانات با خاطری آسوده تر این وسایل را را در اختیار ستاد قرار دهند.

### 3. تصفیه حساب و حسابرسی

فرد یا گروهی که از ابتدا - با توجه به تخصص یا تجربه شان - به عنوان متصدی امور مالی و حسابداری معین شده اند، موظفند که اولاً در طول فرآیند اعتکاف، ریز و درشت دریافت ها و

پرداخت ها، بودجه ها و هزینه ها را در دفاتر معتبر و مخصوص، ثبت کنند و با اسناد معتبر مانند فاکتور خرید و رسید دریافت وجه و ... مستندسازی کنند.

ثانیاً، در پایان مراسم اعتکاف هزینه ها و مخارج را حسابرسی و جمع بندی نمایند و اسناد را به پیوست گزارش مکتوب به رئیس ستاد اعتکاف و امام جماعت و هیئت امنا تسلیم نمایند.

### 4. تهیه گزارش نهایی اعتکاف

تمام واحدها و مسئولین اعتکاف موظفند در فاصله کوتاهی پس از اتمام اعتکاف، گزارشی مکتوب را به همراه مستندات صوتی، تصویری و مکتوب به رئیس ستاد تحویل بدهند تا ضمن حفظ تجربیات، نقاط قوت و ضعف شناخته شده و امکان ارزیابی نهایی به وجود آید.

در این گزارش مواردی که اطلاع از آنها در راستای اهداف اعتکاف اهمیت دارد، گنجانده می شود تا در مواقع نیاز، تحلیل محتوای این اطلاعات موجبات اصلاح عیوب و تقویت نقاط قوت و در نهایت ارتقای کیفیت خدمت رسانی را فراهم آورد.

همچنین می توان گزارشی تصویری و مکتوب از فرآیند برگزاری اعتکاف و جلوه های ویژه آن در دو قالب نشریه ویژه نامه و لوح فشرده تهیه و توزیع نمود.

### 5. تقدیر و تشکر از خادمان و دست اندر کاران

یکی از راهبردهای اخلاقی که می تواند انسجام مؤمنین را در احیای سنن و شعائر الهی تداوم بخشد، حق شناسی و قدرشناسی از یکدیگر است. اگرچه همه کارها و خدمات باید با نیت تقری خداوند متعال و بدون چشم داشت مادی باشد، ولی از مصادیق پیچیده اخلاص، تشکر و تقدیر خالصانه

و قربة الی الله است. حجت الاسلام والمسلمین قرائتی، دربارۀ اخلاص در نیت مثال جالبی دارند. ایشان می گویند: «طلبه ای برای 30 شب ماه رمضان به روستای شما می آید. او آید. او انشاء الله به قصد قربت می آید، اما تو هم به قصد قربت از او تشکر و تقدیر نمی کنی؟!».

گاهی ایجاد یک تشکل سالم با عضویت همه دست اندرکاران اعتکاف و خادمان، می تواند منشأ آثار و برکات فراوانی در عرصه فرهنگ دینی ما باشد. تشکلی مانند هیأت که اشخاص به صورت منظم و متناوب گردهم آیند و ضمن بهره بردن از معارف قرآن و اهل بیت علیهم السلام، طرح ها و ایده های بهتری را برای برگزاری بهتر اعتکاف سال آینده تولید و بررسی کنند.

# بخش چهارم: پیوست ها

## اشاره

## پیوست 1: چک لیست اقدامات

گام اول: تهیه چک لیست، تشکیل ستاد مرکزی اعتکاف؛

گام دوم: تبلیغات، تشویق و زمینه سازی، شامل:

ترغیب مردم محل به حضور در اعتکاف تبیین سهولت شرایط و احکام اعتکاف، سازماندهی خادمین

گام سوم: فراهم کردن امکانات و فضای لازم، شامل:

دعوت و تشویق به مشارکت خیرین و مسئولین، تعمیرات مسجد، غبارروبی و زیباسازی مسجد، تأمین وسایل بهداشتی، خوراکی و ...، تأمین و آزمایش سیستم های صوتی و تصویری با کیفیت، آماده سازی و تجهیز آشپزخانه و شناسایی و قرارداد با آشپز و عوامل آن، آماده سازی و تجهیز سرویس های بهداشتی و حمام به تعداد کافی تعیین و تجهیز مکان استقرار معتکفین دارای وضعیت جسمانی خاص، تعیین و توجیه خادمین ویژه رسیدگی به معتکفین خاص تعبیه مکانی برای برقراری

مهد کودک و تجهیز آن و قرارداد با مربی تهیه امکانات معنوی نظیر قرآن، مفاتیح، مهر و تسبیح، ایجاد کتابخانه ای کوچک ویژه معتکفین.

گام چهارم: اطلاع رسانی، سهمیه بندی و ثبت نام، شامل:

تعیین جنسیت و مقطع سنی معتکفین یا سهمیه بندی، چاپ و توزیع اقلام تبلیغاتی مربوط به ثبت نام، اطلاع رسانی شفاف از فرآیند شرایط و اولویت های پذیرش معتکف انجام ثبت نام، مشخص نمودن معتکفین خاص، تشکیل شورای پذیرش تهیه فهرست معتکفین اصلی و ذخیره، 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 پیام های معنوی پیش از آغاز اعتکاف، ارسال فرم

اعلام توانمندی ها و علایق دعوت از معتکفین علاقمند به فعالیت در اعتکاف، تبلیغات محیطی (داخل و بیرون مسجد)، تعیین و شماره گذاری مکان هر معتکف تهیه کارت شناسایی معتکفین و خادمین.

گام ششم: استقبال از معتکفین، شامل:

آماده سازی امکانات و نیروی انسانی برای استقبال اجرای برنامه های استقبال، اجرای برنامه گروهی آشنایی با مکانها و امکانات مسجد مراسم معارفه رسیدگی به دغدغه های اولیه معتکفین، انجام آخرین تغییرات در محل استقرار هر معتکف برگزاری اولین مسابقه «احکام مسجد و اعتکاف».

گام هفتم: برنامه های رسمی اعتکاف، شامل:

برگزاری افتتاحیه، هماهنگی جلسات فردی و گروهی پرسش و پاسخ، طراحی و هماهنگی و اجرای مسابقات از پیش تعیین شده تهیه و تعبیه امکانات دریافت پیشنهادها و انتقادهای معتکفین، تأمین مکان و امکان عکس یادگاری شناسایی و دعوت از سخنرانان و مداحان، برنامه ریزی و هماهنگی اجرای مراسم دعا و توسل برنامه ریزی و اجرای شبی با قرآن تهیه و توزیع جزوه آداب و اسرار اعتکاف هماهنگی و برگزاری حلقه های معرفت برنامه ریزی برای برگزاری مطلوب نمازهای جماعت، برنامه ریزی اجرای سخنرانی کوتاه امام جماعت تهیه و توزیع فرم نظرسنجی و ارزیابی در میان معتکفین، هماهنگی و اجرای مراسم مولودی امیرالمؤمنین علیه السلام و سوگواری حضرت زینب سلام الله علیها، برنامه ریزی و اجرای برنامه هایی با مخاطب خاص.

گام هشتم: مراقبت ها و ملاحظات، شامل:

برنامه ریزی برای تأمین آسایش هنگام خواب معتکفین برنامه ریزی دیدار زمانمند معتکفین با بستگان، برنامه کنترل بهداشت.

گام نهم: فعالیت های پس از اعتکاف، شامل:

برنامه ریزی و اجرای مراسم اختتامیه، غبارروبی پایانی مسجد، بازبینی و جمع آوری وسایل و

امکانات، تصفیه حساب ها، حسابرسی، عودت امانات، تهیه گزارش نهایی، برگزاری مراسم تقدیر از خیرین، مسئولین و خادمین

## پیوست 2: فهرستی از آیات روایات، سخنان بزرگان و اشعار مناسب برای تبلیغ اعتکاف

.1

أَنْ طَهِّرَا بَيْتِيَ لِلطَّائِفِينَ وَ العاكفين و الرُّكَّعِ السُّجُودِ؛ «خانه مرا برای طواف کنندگان و معتکفان و رکوع و سجده گزاران پاکیزه کنید. (بقره: 125).

.2

امام صادق علیه السلام آمده است: كَانَ رَسُولُ اللَّهِ إِذَا كَانَ الْعَشْرُ الْأَوَاخِرُ اعْتَكَفَ فِي الْمَسْجِدِ و ضُرِبَت لَهُ قُبَّةٌ مِن شَعرٍ، و شَمَّرَ الميزَرَ و طَوى فِراشَهُ؛ «رسول خدا در دهه آخر ماه مبارک

رمضان در مسجد معتکف می شدند و برای آن حضرت خیمه ای که از مو بافته شده بود، در مسجد برپا می شد پیامبر برای اعتکاف آماده می شدند و بستر خویش را جمع می کردند. 14[1]

.3

امام صادق علیه السلام فرمودند: كَانَتْ بَدْرٌ فِي شَهْرِ رَمَضَانَ فَلَمْ يَعْتَكِفْ رَسُولُ اَللَّهِ صَلَّى اَللَّهُ عَلَيْهِ وَ آلِهِ فَلَمَّا أَنْ كَانَ مِنْ قَابِلٍ اِعْتَكَفَ عِشْرِينَ عَشْراً لِعَامِهِ وَ عَشْراً قَضَاءً لِمَا فَاتَهُ؛ «جنگ بدر در ماه رمضان رخ داد؛ از این رو رسول خدا موفق به اعتکاف نشدند. آن حضرت در ماه رمضان سال آینده یک دهه را به نیت همان سال اعتکاف نمودند و یک دهه را نیز به عنوان قضای سال قبل». 15[2]

.4

پیامبر صلی الله علیه و آله فرمودند: اِعْتِكَافُ عَشْرٍ فِي شَهْرِ رَمَضَانَ تَعْدِلُ حَجَّتَيْنِ وَ عُمْرَتَيْنِ؛ «یک دهه اعتکاف در ماه رمضان همچون دو حج و دو عمره است». 16[3]

.5

پیامبر صلی الله علیه و آله فرمودند: المُعتَكِفُ يَعكُفُ الذُّنُوبَ ويُجرى لَهُ مِنَ الأَجْرِ كَأَجرِ عامِلِ الحَسَناتِ كُلِّها؛ «معتکف همه گناهان را در بند می کند و مانند کسی که همه خوبیها را انجام داده است به او پاداش داده می شود (کنز العمال، حدیث 24012)

.6

پیامبر صلی الله علیه و آله فرمودند: مَن اعْتَكَفَ إيماناً واحتساباً غُفِرَ لَهُ مَا تَقَدَّمَ مِن ذَنْبِهِ؛ «همه گناهان گذشته کسی که از روی ایمان و برای رسیدن به ثواب الهی معتکف شود، آمرزیده می شود» (کنز العمال، حدیث

(24007

.7

امام صادق علیه السلام فرمود: إذا كانَ يَوْمَ الْقِيَامَةَ نادى مُنَادٍ مِنْ بَطْنانِ الْعَرْشِ أَيْنَ الرَّجَبِيُّونَ؟ يَقُومُ أُناسٌ يَضِيءُ وُجُوهُهُمْ لِاَهْلِ الْجَمْعِ عَلَى رُؤُوسِهِمْ تيجانُ الْمُلْكِ وَذَكَرَ ثَواباً جَزِيلاً إِلَى أَنْ قالَ: هذا لِمَنْ صَامَ مِنْ رَجَبٍ شَيْئاً وَلَوْ يَوْماً مِنْ أَوَّلِهِ أَوْ وَسَطِهِ أَوْ آخِرِهِ؛ «وقتی روز قیامت شد، نداکننده ای از درون عرش صدا می زند کجایند «رجبیون» (اهل ماه رجب) پس گروهی که چهره آنان بر جمعیت درخشان است و تاج شاهی بر سر دارند به پا خیزند. آن گاه امام صادق علیه السلام ثواب های زیادی نام برد و سپس فرمود همه اینها برای کسی است که قسمتی از

---

(1

(2

(3

ماه رجب را روزه بگیرد؛ اگر چه یک روز در اول یا وسط یا آخر آن باشد».

.8

سید بن طاووس رحمه الله می گوید: «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 بر درگاه خداوند و اراده مقدس او حبس نماید. معتکف باید فکر و جان و اعضای خود را با افسارهای مراقبت به خوبی مهار کند و از چیزهایی که روزه دار باید از آن بپرهیزد کاملاً خودداری کند، بلکه دقت و مراقبه معتکف باید به مراتب بیشتر از روزه دار باشد؛ زیرا او هم روزه دار است و هم معتکف. هر معتکفی خود را ملزم نموده 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 غیر خدا مشغول کند یا عضوی از اعضای بدنش را به غیر خدا مشغول کند، یا عضوی از اعضای بدنش را در کاری که طاعت پروردگار نیست به کار گیرد به همان میزانی که غفلت نموده، یا کوتاهی کرده از حقیقت اعتکاف خود کاسته است».

.9

امام صادق علیه السلام از پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله نقل نموده که حضرت فرمود: اعْتِكاف عَشْرٍ فِي شَهْرِ رَمَضَانَ تَعْدِلُ حَجَتَيْنِ وَعُمْرَتَيْنِ؛ «**اعتکاف ده روز در ماه رمضان معادل [ثواب] دو حج و دو عمره است**».

.10

حضرت صادق علیه السلام به عبدالملک فرمود: يا فَضْلُ لا يَأْتِي الْمَسْجِدَ مِنْ كُلِّ قَبِيلَهُ إلا وافِدُها وَمِنْ كُلِّ أَهْلِ بَيْتٍ إلا نَجيبها؛ «ای فضل! در مسجد از هر قبیله و طائفه ای [در گام اول] جز سرپرست و بزرگ آن و از هر خانواده ای جز فردی که نجیب آن خانواده است حضور پیدا نمی کند.

.11

مرحوم مجلسی به نقل از مرحوم طبرسی آورده است که إِنَّ سُلَيْمَانَ كَانَ يَعْتَكِفُ فِي مَسْجِدِ بَيْتِ الْمُقَدَّسِ السَّنَةَ وَالسَّنَتَيْنِ وَالشَّهْرَ وَالشَّهْرَيْنِ وَأَقَلَّ وَاَكْثَرَ يُدْخِلُ فِيهِ طَعَامَهُ وَشَرَابَهُ وَيَتَعَبَّدُ فِيهِ؛ «به راستی سلیمان همیشه در مسجد بیت المقدس به مدت یک سال و دو سال، یک ماه و دو ماه، کمتر و بیشتر اعتکاف می کرد و غذا و آب خود را به آن جا می برد و در آن جا به عبادت می پرداخت». در ادامه این روایت آمده است که حتی مرگ حضرت سلیمان علیه السلام در همان جا و در حال اعتکاف اتفاق افتاد.

.12

اعتکاف حضرت مریم علیها السلام آن گاه که فرشته الهی به ملاقات حضرت مریم آمد، او از مردم فاصله گرفت و در خلوت به سر برد تا در مکانی خالی و فارغ از هر گونه دغدغه به راز

و نیاز با خدای خود بپردازد و چیزی او را از یاد محبوب غافل نکند به همین جهت طرف شرق بیت المقدس را که شاید محلی آرام تر و یا از نظر تابش آفتاب پاکتر و مناسب تر بود، برگزید.

علامه طباطبایی رحمه الله می گوید: «هدف حضرت مریم علیها السلام از دوری نمودن از مردم، بریدن از آنان و روی آوردن به سنت «اعتکاف» بوده است.

.13

امام صادق علیه السلام می فرماید: كانَ رَسُولُ الله - صَلّی الله علیه و آله - إذا كانَ الْعَشْرُ الأَواخِرُ اِعْتَكَفَ فِی الْمَسْجِدِ و ضربت لَهُ قُبَّةٌ مِنْ شَعْرٍ، وَشَمَّرَ الْمِیزَرَ وَطَوی فراشه)؛ «همیشه این گونه بود که در دهه آخر ماه رمضان رسول خدا در مسجد معتکف می شد خیمه ای از پشم برای او بر پا می کردند و او پرده ای می آویخت و بستر خواب را جمع می کرد».

.14

رهبر معظم انقلاب حضرت آیت الله العظمی خامنه ای: «دانشجویان مؤمن و انقلابی ما، می توانند با گسترش فرهنگ عمیق اسلامی، جهاد خود را در دانشگاه ها 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 دل های اهل تحقیق، انجام کار عمیق و عملی یک ضرورت است. (روزنامه جمهوری اسلامی، 78/5/16)

.15

حضرت آیت الله العظمی صافی گلپایگانی:

کسانی که در این سه روز معتکف می شوند اثرات آن را تا آخر عمر مشاهده خواهند کرد و کسی که در عمرش اعتکاف کرده باشد تقوا و پرهیز کاری و پارساییاش زیاد می شود.

انسان می تواند 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 فوق العاده 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 به 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 می شود.

بخش بزرگی از اعتکاف را جوانان ما تشکیل می دهند و ما وظیفه داریم که نگذاریم این سنت ها در

جامعه کم رنگ شود و اگر این امور کم شود جامعه از بین می رود.

در اعتکاف هر چه خلوص نیت ما بیشتر باشد به کمال عبادت نزدیک تر و ثوابش بیشتر می شود و مسائل متفرقه و سیاست بازی نباید وارد شود و انسان باید فقط در اعمال خود تفکر کند.

16. آیت الله العظمی 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 می کند 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 می شوند هدایایی از خدا دریافت می کنند؛ بنابراین باید در جایی باشند که سایرین نیز از این هدایا بهره مند 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 می رسد 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 نمی رود ... معتکفین بعد از 3 روز نه بیراهه می روند و نه راه کسی را می بندند و همین مسئله فضای جامعه را عطر انگیز می کند این پیام فرهنگی اعتکاف است.

مسئله حجاب و عفاف و مسائل اخلاقی جامعه در همین اعتکاف ها حل می شود و البته همه نسبت به امر به معروف و نهی از منکر مسئول هستیم ولی اعتکاف چون آب کری است که مطهر جامعه است و طهارت روح می آورد و جامعه از نظر اخلاقی ایمن می شود.

خداوند به ابراهیم خلیل و فرزندش اسماعیل دستور داد که 3 گروه از مهمانانش که وارد حرم می شوند 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 صلاه زیر پوشش اعتکاف

است و یکی از شرایط آن محسوب می شود.

اعتکاف از هدایای الهی است؛ همان طور که پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله تسبیح صد ذکری را به

دخترش هدیه داد، خداوند اعتکاف را به امت اسلامی هدیه داد پس باید از آن بهره برداری 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 گونه ای برپا شود که جوانان زمانی که از این مراسم بیرون می آیند بدانند در نظام اسلامی باید چگونه باشد.

در هر جایی نمی توان معتکف شد... هر موقع روزه صحیح باشد، اعتکاف صحیح است، ولی در هر جایی نمی توان معتکف شد و باید مساجد چهارگانه یا مسجد جامع یا مسجد جماعت باشد، البته منظور از مسجد جماعت جایی نیست که نماز جماعت خوانده می شود، 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 دو چندان و معطر می گردد.

17. آیت الله العظمی مکارم شیرازی

اعتکاف جوانان را بیمه می کند.

در دنیای پرغوغا و مملو از عوامل فساد اعتکاف درخشندگی بیشتری دارد و می تواند 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 می کند و در عالم معنویت فرو می برد و یکی از این عبادات روزه است که ترک نفسانیات و اتصال به فرشتگان آسمان را به دنبال دارد.

عبادت دیگر حالت احرام است. وقتی انسان احرام می بندد، از 25 مورد باید اجتناب کند که غالباً مربوط به نفسانیات است.

اعتکاف نیز انسان را چند روزی در یک عالم مملو از معنویت فرو می برد و وادار می کند 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 تازه ای در زندگی انسان خواهد بود.

در مسئله اعتکاف چند مورد جالب وجود دارد. مشتریان اعتکاف غالباً نسل جوان هستند، این مراسم در مساجد دانشگاه نیز با استقبال فوق العاده ای مواجه است.

جوانان نیاز به اعتکاف دارند و اعتکاف بیشتر برای نسل جوان است هر چند تمام افراد می توانند در آن شرکت کنند.

اعتکاف که در تمام سال مستحب است و مخصوص ماه رجب نیست، با اعمالی به نام ام داود آمیخته

شده که مجموعه ای از دعاها و اذکاری است که اثر تربیتی فوق العاده ای 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 می کنند.

اعتکاف مانند بسیاری از سنت های دیگر سنت فراموش شده ای بود که در جمهوری اسلامی این سنت زنده شد این سنت بالنده و پیشروی کننده است آمارها سال به سال افزایش پیدا می کند و این نشان می دهد چنان نیست که برای کسی ملال آور و خسته کننده باشد.

در گذشته می گفتند 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 می شود اعتکاف هم می توان برگزار کرد.

18. آیت الله العظمی وحید خراسانی

حقیقت اعتکاف در واقع حبس نفس است.

این مقام اعتکاف است که حضرت ابراهیم علیه السلام بعد از این که خلیل الله شد، باید بیت الله 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 تمام شود؛ یکی از آن دو ذات قدوس حق تعالی است و دیگری ولی عصر امام زمان عجل الله فرجه است.

در فقه نشان می دهد که در آن سه روز اعتکاف روح باید به آن که هر چه هست از اوست متمرکز شود، منتها کسی که برای شرکت در این مراسم وارد مسجد می شود اول باید فکر کند که چه بود، چه شد، کجا می رود و برای چه کاری می رود.

باید هر چه زودتر از خواب غفلت بیدار شویم و آنچه را که فراموش کردیم را به یاد بیاوریم ما همه یک نطفه بودیم و خداوند نطفه گندیده را در شکم مادر قرار داد و این قوا را به ما عطا کرد و معتکف باید بداند که از کجا آمده و لطف و عنایت چه کسی نطفه را به این صورت در آورده است. آنچه هست به طفیل اوست من و تو حق حیات نداریم. باید بدانیم از اول باید بدانیم از اول صبح که برخاستیم چه قدر 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 عجل الله فرجه 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 عجل الله فرجه 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 برنامه های خود قرار دهند زیارت آل یاسین و سوره یاسین برای معتکف به خدا فتح باب می کند و همه اینها ریشه فقهی دارد.

اگر اعتکاف با این اعمال تمام شود، آهن به مسجد می رود و وقتی برمی گردد طلای احم

19. «خلوت» سرودهٔ امام خمینی قدس سره

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 ندریدیم *** در درس صحف راه نبردیم به جایی

در بتکده عمری به بطالت گذراندیم *** در در جمع حریفان نه دوایی و نه دایی

در جرگه عشاق روم، بلکه بیابم *** از گلشن دلدار، نسیمی رد پایی

این ماومنی جمله ز عقل است و عقال است *** در خلوت ،مستان نه منی هست و نه مایی

20. خلعت اعتکاف سروده احمد درویش گفتار

به تن نما برادرم خلعت اعتکاف را *** رسان به کام خویشتن لذت اعتکاف را

سه پنج روز زندگی به راه و رسم بندگی *** به پا نما ،برادرم، همت اعتکاف را

اگر که مفت می خرند در این زمانه عمر را *** بیا بخر برای خود عزت اعتکاف را

اگر ضعیف گشته ای به زیر بار زندگی *** رسان به جان خویشتن قدرت اعتکاف را

ز دود و داد در گذر به حال خود نما نظر *** گزین در این میانه تو خلوت اعتکاف را

تشرف است بی گمان اجازه ای است در میان *** اگر به دست من دهند قسمت اعتکاف را

21. هر که با نرگس سرمست تو در کار آید *** روز و شب، معتکف خانه خمار آید

22. کسی به زیر فلک، دست بر قضا دارد *** که اعتکاف به سر منزل رضا دارد
مریض شوق، کی اندیشه دوا دارد *** شهید عشق کجا فکر خون بها دارد

به دور لعل می آلود دوست دانستم *** که باده این همه کیفیت از کجا دارد

23. زآتشکده و کعبه، غرض سوز و نیازست *** و آنجا که نیاز است چه حاجت به نمازست
بی عشق، مسخر نشود ملک حقیقت *** کان چیز که جز عشق بود، عین مجازست

چون مرغ دل خسته من صید نگردد *** هر گاه که بینم که در میکده باز است

آن کس که بود معتکف کعبه قربت *** در مذهب عشاق، چه محتاج حجاز است

هر چند که از بندگی ما چه برآید *** ما بنده آنیم که او بنده نواز است

.24

کریما! بر گلیم اعتکاف زیر خیمهٔ مناجات نشسته ایم تا نام تو را که اکسیر بقاست، زمزمه کنیم و نشان عاشقی را بر سینه دردآلود خود بیاویزیم.

.25

ای بزرگ متعال خرسندم از تو، از نانی که در سفره ام نیست، از طنینی 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 می شوم آن گاه که تو را در خود می ریزم گرانبارم از این همه بی تو بودن. هرجا نشانی از تو می جویم، همان جا گم می کنمت می شنوم خنده های شیرینت را هرگاه که اسب شعورم را زین می کنم. اکنون ماییم، بندگان گنه کارت که زیر درخت اعتکاف به کرده ها و ناکرده های خود اعتراف می کنیم.

.26

ای خدای بزرگ محمد را در غار حرا نزد خود خواندی و بر خوان تقرب نشاندی. علی را مدینه و کوفه دادی تا شب ها بر سر چاه رود و خون دل فرو ریزد فاطمه را در بیت الاحزان پذیرایی کردی تا غم دل با تو گوید و بار اندوه بر زمین گذارد ما نیز به اعتکاف آمده ایم تا از خوان ،تقرب لقمه برگیریم و کوه اندوه بر زمین عبادت گذاریم.

.27

به یاد تو و به یاد خوبان درگاهت از همگان کناره گرفته ایم و روزی چند، زبان نمی چرخانیم جز به مناجات و چشم نمی گشاییم جز به امید دیدار و لقمه بر دهان نمی گذاریم جز آن گاه که اذان معرفت را از منارهٔ ایمان بشنویم. ما را

که سجاده اعتکاف گسترانیده ایم و زبان اعتراف گشوده ایم، نزد خویش بخوان و از درگاهت مران!

.28

کدام اندوه، کدام سختی و کدام گره کور دلم را خواهد آزرد وقتی من در این چند روزه اعتکاف تو را بیابم و دریابم که تو خدای بزرگ و مهربان من، همیشه با منی؟

.29

زمان کوتاه است و نیاز بسیار اما سه روز ناب است که انسان به تمام معتکف او شده است. روزه عشق می گیرد و با عشق افطار می کند هم نشین اهل راز می شود و از نیاز می گوید عقل به اندیشه فرو رفته و دل به سجود، کجایند معتکفان؟!

## پیوست 3: سوژه ها و طرح سخنرانی های اعتکاف

طرح سخنرانی (1)

موضوع: اخلاص و تجدید میثاق فطرت

مخاطب: عموم به ویژه جوانان

حوزه مبحث: عقیدتی - اخلاقی

موقعیت: اعتکاف زیارت مشاهد مشرفه، اردوی تربیتی

نقطه آغاز در همه فرهنگ ها جوانمردی و مروّت امری ممدوح و پسندیده است. مروّت و جوانمردی یک خصلت جزئی که دارای یک مصداق معین رفتاری باشد، نیست بلکه کیفیتی نفسانی است که در هر ظرف و موقعیتی بروز و ظهور خاص خود را دارد یکی از مهمترین جلوه های مروّت وفای به عهد و پیمان و التزام به قرارها و توافقات است.

سیر منطقی سرفصل ها:

.1

اقسام کسانی که با آنها عهد و پیمان می بندیم شامل قرار با خود از طریق عقل و نفس لوامه، قرار با خدا از طریق عقل و فطرت و پذیرش انبیا و رسل قرار با دوستان و هم کیشان قرار با غیر هم کیشان، قرار با دشمنان از طریق معاهده و صلح و ....

.2

انواع عهدها و پیمان ها مادی یا معنوی دائم یا موقت قابل نقض یا غیر قابل نقض، مشروط یا مطلق؛

.3

مختصات عهد ما با خدا:

أ) هم در مادیات و هم در معنویات؛

ب) دائمی؛

ت) مطلق؛

ث) غیرقابل نقض؛

ج) مشروعیت سایر پیمان ها هم منوط به عدم تعارض با این عهد الهی است.

4. کی کجا و چگونه با خدا عهد بستیم؟

أ) فطرت؛ فِطْرَةَ اللَّهِ الَّتِی فَطَرَ النَّاسَ عَلَیْهَا لاَ تَبْدِیلَ لِخَلْقِ اللَّهِ (روم: 30)

ب) **عقل سلیم**؛ وَ نَفْس وَ ما سَوّیها فَأَلْهَمَها فُجُورَها وَ تَقْویها (شمس: 8)

ت) **وجدان بیدار**؛ بَلِ الْإِنسَانُ عَلَى نَفْسِهِ بَصِيرَةٌ وَلَوْ أَلْقَى مَعَاذِيرَهُ (قیامت: 15)

ث) درس ها و عبرت های تاریخ فَاعْتَبِرُوا (حشر: 2) إِنَّ فِي ذَلِكَ لَعِبْرَةً ... (نازعات: 26)

ج) **تجربه بحران ها و انقطاع کلی اسباب** وَإِذَا غَشِيَهُمْ مَوْجٌ كَالظُّلَلِ دَعَوُا اللَّهَ مُخْلِصِينَ لَهُ الدِّينَ... (لقمان: 32)

5. موانع غفلت از عهد با خدا:

أ) **دوام ذکر الله**؛

ب) اهتمام به داشتن و انجام حسنات ولو موفق به انجام همه آنها نشود؛

ح) وقت شناسی تفکر در دور و دراز بودن مسیر آخرت و فرصت کوتاه توشه گیری؛

خ) ترک آرزوهای طولانی؛

د) ترک مجالست اهل بطالت؛

ذ) همنشینی با صالحان؛

ر) حضور در مجلس عالمان ربانی؛

ز) یاد مرگ

آثار و نتایج:

.1

ایجاد انگیزه برای بازبینی عملکرد گذشته عمر؛

.2

ایجاد زمینه توبه و انابه و آشتی با خدا ؛

.3

ایجاد زمینه برای بیان و یادآوری بسیاری از مباحث اخلاقی دیگر نظیر ترک گناه جهاد با نفس، دنیاشناسی، شیطان شناسی، توجه به مرگ و قیامت، تقوا و ..

هشدارها و ملاحظات:

.1

باید مراقبت کرد تا بحث بیش از حد کلامی یا فلسفی نشود و به این مباحث در حد ضرورت و حداقلی اکتفا کرد و مجال را برای تفکر اخلاقی و موعظه فراهم نمود.

.2

بهتر است جنبه ایجابی بحث - یعنی آثار و فواید توجه به عهد فطرت در زندگی الگوها - بیش از جنبه منفی - غفلت و غافلان - مورد عنایت قرار گیرد.

.3

شهید و شهادت یکی از بهترین محمل ها برای تبیین و اثربخشی این موضوع است؛ چراکه آنها مصادیق اعلای مِنَ الْمُؤْمِنِينَ رِجَالٌ صَدَقُوا مَا عَاهَدُوا اللَّهَ عَلَيْهِ فَمِنْهُم مَّن قَضَى نَحْبَهُ وَ ... هستند.

منابع مفید:

1. قرآن کریم: یس: 60؛ فتح: 10؛ نحل: 91؛ احزاب 15 و 23؛ بقره: 40 و 27 و 75 و 77 و 146؛ آل عمران: 75و 76 و 77 و 78؛ انعام 152؛ رعد: 20 و 25؛ نحل: 91 و 95 اسراء 34 توبه 78 و 101 و 111؛ مائده: 7؛ علق: 14؛ مجادله: 14؛ عنکبوت: 61 و 65؛ لقمان: 25؛ زمر 38 زخرف 9 و 87 : روم 30 اعراف: 29 و 172؛ یونس: 22.

2. روايات شريف:

بحار الانوار، ج 3، باب 11، صص 267-282، ج 5، باب 7، ص196 و باب9، ص 223؛ ج 23 بـاب ،21، ص 365؛ ج 26، بـاب 6، ص 277؛ ج 36 بـاب 90، ص 351 ج 42 بـاب ،128 صص 304-306 ج ،52 باب ،27 ص 392 ج 60، باب3، ص219؛ صص304-306؛ ج 61 ، باب ،9، ص 221؛ ج 73 باب 125 "الغفلة و اللهو ".

ميزان الحكمه، ابواب غفلت، ذكر، عبرت، لهو، لغو، موعظه.

طرح سخنرانی (2)

موضوع: سَحَر و آثار و احوال آن

مخاطب: جوانان و بزرگسالان

حوزه مبحث: اخلاقی - عرفانی

موقعیت: اعتکاف، مشاهد مشرفه، اردوهای تربیتی

مقدمه: هر کس در زندگی خود دسته بندی خاصی برای دوستان و رفیقان دارد بسته به این که انسان در چه حال و هوایی سیر می کند و تعبیر بهتر در چه عالمی زندگی می کند تمام امورات و ارتباطاتش و از جمله نوع و کیفیت تعاملاتش با دوستانش متناسب با آن عالم، شکل می گیرد انسانی که قصد دارد در عالم انسان دینی زندگی کند باید بداند و بخواهد تا بتواند دوستان خود را براساس منطق آن عالم طبقه بندی کرده و با هرکس متناسب با شأن طبقه ای که به آن اختصاص دارد مراوده و معاشرت نماید. قطعاً در سلسله دوستان مؤمن «خدا» هم در رتبه اول است و هم با همه و پیش و پس از همه حضور دارد هُوَ مَعَكُم اَيْنَما كُنْتُم پس روشن است که اوج دلداگی مؤمن، مخصوص رفیق اعلی است که وَالَّذِينَ آمَنُوا أَشَدُّ حُبًّا الله اما این محبت شدید، بلکه اشد باید بروز و ظهور مناسب با خود را داشته باشد تا محبت طرفینی بین عبد و معبود هم برقرار گردد. در قرآن به برخی از صفات و اعمالی که نشانه محبت دوسویه بنده و پروردگار است اشاره شده است؛ مثلاً تبعیت از پیامبر قُلْ اِنْ كُنْتُمْ تُحِبُّونَ اللَّهَ فَاتَّبِعُونِى يُحْبِبْكُمُ اللَّه، احسان: إِنَّ اللّهَ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ توبه إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ، طهارت: وَ يُحِبُّ اَلْمُتَطَهِّرِينَ، تقوا: فَإِنَّ اللّهَ يُحِبُّ الْمُتَّقِينَ صبر: واللَّهُ يُحِبُّ الصَّابِرِين توکل: إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُتَوَكِّلِينَ، قسط و عدل: إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُقْسِطِينَ، قتال در راه خدا إِنَّ اللّهَ يُحِبُّ الَّذِينَ يُقَاتِلُونَ فِي سَبِيلِهِ، اما گاهی شدت این محبت چنان به اوج می رسد که باید از تصریح دست کشید و به استعاره و کنایه متوسل شد. اوج تعبیرات استعاره ای درباره کسانی که خداوند خیلی دوستشان دارد پیرامون نماز شب خوانان و اهل سحر است آن جا که می فرماید: فَلا تَعْلَمُ نَفْسٌ ما أُخْفِيَ لَهُمْ مِنْ قُرَّةِ أَعْيُنٍ ... (سجده: 15-17)

سیر منطقی سرفصل ها:

.1

ضرورت داشتن دوست و رفیق در زندگی دنیا؛

.2

رفیق و همنشین دلنشین از برترین لذت های بهشتی؛

.3

آیا همه دوستی ها و دوستان برای ما به یک اندازه ارزشمندند؟ معیارهای افراد در دسته بندی دوستان و معاشرانشان چیست؟

.4

آیا خدا هم می تواند رفیق ما باشد؟ آیا تا به حال لذت دوستی با خدا را چشیده ایم؟

.5

جایگاه دوستی با خدا در بین همه دوستان ما کجاست؟

.6

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

.7

چگونه می توان محبت خود را به خدا ابراز و اثبات کرد؟ خود خدا چه راه هایی را معرفی کرده است؟ چرا همه راه های دوستی با خدا نوعی ،سختی محرومیت و محدودیت در لذت های دیگر را در کنار خود دارند؟ مانند روزه طهارت و ترک گناه از خود گذشتن و ایثار، پذیرش تلخی قسط و عدالت و نماز شب و

ترک خواب راحت.

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

آثار و نتایج:

.1

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

.2

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

.3

درک و تجربه لذت حقیقی دوستی با خدا در جوانی.

هشدارها و ملاحظات:

.1

مراقبت بر اینکه توجه به مستحبات عامل سست شدن در واجبات نگردد؛

.2

تذکر بر پرهیز از افراط و ضرورت برنامه ریزی آرام آرام برای مبتدیان؛

.3

قطعاً اصل فضیلت بیداری سحر - اگرچه به دقایقی قبل از اذان - جدای از نماز شب هم مهم است.

.4

راهنمایی جوانان برای تنوع در روش ها و محتوای مناجات با خدا مثلاً معرفی دعای ابوحمزه و توصیه به تلاوت فقره ای از آن در هر نماز وتر یا مناجات خمسه عشر و برخی ادعیه خاصه صحیفه سجادیه.

منابع مفید:

قرآن کریم، آیات مربوط به نافله شب»، «دوری از بستر در دل شب برای عبادت خدا»، «عدم مشغول به لهو به عنوان مانع ذکر خدا» و ....؛

میزان الحکمه؛ ابواب صلاة اللیل» و «السهر»؛

بحار الانوار، ج 87 باب 6؛ ج 76، ابوب السهر و النوم.

طرح سخنرانی (3)

موضوع: تأملی در فلسفه و آثار روزه

حوزه مبحث: اخلاقی - تربیتی

مخاطب: عموم به ویژه جوانان

موقعیت: اعتکاف ماه های رجب و شعبان و رمضان

سیر منطقی سرفصل ها:

.1

روزه عبادت مخصوص انبیا بود و امت اسلام تنها امت مفتخر به آن است؛ (الفقیه؛ 2؛ 184499)

.2

ارزش عبادی صوم منحصر به فرد است؛ زیرا بی ریاترین عمل عبادی است؛

.3

حکمت وجوب روزه

أ) برابری و همدردی اغنیا با فقرا؛

ب) یادآوری تشنگی و گرسنگی آخرت؛

ت) کسب خصال نیک مانند خشوع، مذلت استکانت، معرفت و صبر؛

ث) امساک از شهوات؛

ج) آزمون و تثبیت اخلاص؛

**ح) تسکین قلب ها؛**

خ) سلامتی بدن و دفع آفات؛

د) رسیدن به حکمت و از طریق حکمت به معرفت و از راه معرفت به یقین در حدیث معراج آمده است: ... قَالَ يَا رَبِّ مَا أَوَّلُ الْعِبَادَةِ قَالَ أَوَّلُ الْعِبَادَةِ الصَّمْتُ وَ الصَّوْمُ قَالَ يَا رَبِّ وَ مَا مِيرَاثُ الصَّوْمِ قَالَ الصَّوْمُ يُورِثُ الحِكْمَةَ وَ الحِكْمَةُ...تُورِثُ الْمَعْرِفَةَ وَ الْمَعْرِفَةُ تُورِثُ الْيَقِينَ فَإِذَا اسْتَيْقَنَ الْعَبْدُ لَا

يُبَالِی کَیْفَ أَصْبَحَ بِعُسْرٍ أَمْ بِیُسْرٍ (بحارالانوار؛ ج 27؛ ص 6)

.4

چه رابطه ای بین ریاضت تن و آزادی و پرورش روح وجود دارد؟

.5

آیا آثار روزه داری بر صرف انجام ندادن مفطرات جاری می شود؟ آداب خاص روزه چیست؟

.6

قلة الطعام و الکلام و المنام با این آیه که یُرِیدُ اللهُ بِکُمُ الْیُسْرَ وَلایُرِیدُ بِکُمُ الْعُسْرَ سازگار است؟

آثار و نتایج:

.1

ایجاد امید در جوانان برای کنترل نفس و شهوات؛

.2

تقویت حس انسانیت و همدردی با فقرا؛

.3

آرامش جوانان در مقابل تشویش ها و استرس ها؛

هشدارها و ملاحظات:

1. باید مراقب بود که فلسفه و حکمت عباداتی نظیر روزه را به یافته های علم تجربی و آثار طبی و جسمانی گره نزنیم، مگر:

اولاً، همان طور که در روایات به طور کلی آمده است که «صوموا تصحّوا» به صورت کلی بیان کردن؛

ثانیاً، با قید این نکته که بین علت (فلسفه) احکام با حکمت (فواید) عبادات تفاوت است. فلسفه احکام توقیفی است و منوط به بیان خداوند در قرآن کریم یا سنت پیامبر و عترت سلام الله علیهم اجمعین.

منابع مفید:

.1

بحارالانوار، ج 96، ص246؛

.2

وسائل الشیعه، ج 7، کتاب الصوم؛

.3

کنز العمال، ج 7، ص81؛ ج8، صص 442-669؛

.4

کافی، ج4، ص83؛

.5

میزان الحکمه، حرف ص، ابواب الصوم.

طرح سخنرانی (4)

موضوع: هجرت از تن، فرصت خودشناسی

مخاطب: جوانان و نوجوانان

حوزه مبحث: اخلاقی - تربیتی

موقعیت: اعتکاف، ماه مبارک

سیر منطقی سرفصل ها:

.1

من چند بخش است؟ تن من! ذهن من! روح من!؟

.2

من من کدامست؟ تفاوت من با حیوانات (در تن مشترک)، تفاوت من با ماشین و رایانه (در ذهن مشترک)؛

.3

ضرورت معرفت نفس: آن که خود را بشناسد آن که خود را نشناسد؛

.4

چرا مَن عَرَفَ نَفسَهُ فقَد عَرَفَ رَبَّه؟ چه رابطه ای بین این دو وجود دارد؟

.5

تفسیر معرفت نفس: امام صادق علیه السلام می فرماید: عِرفانُ المَرءِ نَفسَهُ أن یَعرِفَها بِأربَعِ طَبائعَ، و أربَعِ دَعائمَ، و أربَعَهِ أرکانٍ : فطَبائعُهُ : الدَّمُ و المِرَّهُ و الرّیحُ و البَلغَمُ، و دَعائمُهُ: العَقلُ، و مِنَ العَقلِ الفَهمُ و الحِفظُ، و أرکانُهُ: النُّورُ و النّارُ و الرُّوحُ و الماءُ (ر.ک: تفسیر المیزان، ج 6، صص 169-176).

.6

چرا خودشناسی در بیان اهل موعظه و اخلاق مبهم و مجمل به نظر می رسد؟

.7

آیا برای رسیدن به معرفت النفس صرفاً داشتن اطلاعات کافی است یا امور معنوی مانند ترک گناه و تفکر و عبادت هم لازم است؟

آثار و نتایج:

.1

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

.2

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

.3

اشتغال بیشتر به عیوب و کاستی های خود که طبق روایت اولاً، عامل خوشبختی است و ثانیاً، مانع پرداختن به عیوب دیگران مولا علی علیه السلام: طُوبَى لِمَنْ شَغَلَهُ عَيْبُهُ عَنْ عُيُوبِ اَلنَّاسِ؛

.4

درک این حقیقت که رسیدگی به خود موضوعی نیست که بدون برنامه ریزی بتوان به آن دست یافت؛

.5

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

هشدارها و ملاحظات:

1. پرهیز از اصطلاحات تخصصی فلسفه و عرفان نظری و رویکرد بیشتر به ادبیات قرآن و اهل بیت در این موضوع؛

.2

تلاش در جهت ارائه نگاه اخلاقی و عرفانی به جای نگاه خشک فلسفی البته به هر حال معنویت باید متکی بر عقلانیت دینی ترویج گردد اما بیشتر کتب و مباحث موجود در مبحث معرفت النفس از این نقیصه برخوردار است که حال و هوای آدرس دهی دارد نه دست گیری و راهبری؛

.3

مراقبت از غلطیدن در دام عرفان صوفیانه و عزلت گرایانه به جای عرفان حماسی و خودشناسی و خودسازی معطوف به تمام ابعاد بندگی؛

منابع مفید:

.1

بحار الانوار، ج 61 باب 45 «قوی النفس ومشاعره من الحواس الظاهرة و الباطنة»؛

.2

میزان الحکمه، حرف میم، ابواب معرفة النفس؛

.3

اربعین حدیث، امام خمینی (رحمه الله علیه)، حدیث اول؛

.4

جهاد اکبر امام خمینی (رحمه الله علیه)؛

.5

ده نکته از معرفت نفس طاهرزاده اصغر، لبّ المیزان؛

.6

رساله لقاء الله میز را جواد ملکی تبریزی؛

.7

تفسیر المیزان، ج 6، صص 169–176.

طرح سخنرانی (5)

موضوع: درک حضور خدا و آداب آن

مخاطب: عموم، به ویژه جوانان و نوجوانان

حوزه مبحث: اخلاقی - عرفانی و تربیتی

موقعیت: اعتکاف مسجد، مشاهد، مشرفه، مجالس توسل

مقدمه

یکی از اساسی ترین ضعف های شیوه رایج تربیت رسمی و تا حدود زیادی تربیت غیر رسمی، اکتفا به شناخت های ذهنی و استدلالات عقلی در ارائه مباحث دینی و بعضاً موعظه های احساسی است که شاید در زمان و مکان وعظ، موجب نوعی تنبه و بیداری برای مخاطب بشود ولی پس از مدتی او را با انبوهی از ذهنیت های مزاحم و جاذبه های مخالف و شهوات فریبنده تنها می گذارد. همه ما با علم به ناپسند و مضر و مهلک بودن گناه گناه می کنیم. به ویژه در خلوت و تنهایی این معضل به اوج خود می رسد برای حل این معضل فراگیر اسلام چه تدبیری اندیشیده است؟ به نظر می رسد توجه بیشتر به ایمان در مقابل اسلام و تسلیم ذهنی، راهبردی است که بی برو برگرد جواب می دهد. ایمان، آن باور عمیقی است که نه در ذهن بلکه در قلب - به عنوان مرکز انقلاب ها و تحولات حقیقی آدم ها - شکل می گیرد. یعنی همان طور که دردمند، درد خود را با تمام وجود می یابد و حس می کند و حاضر می بیند باید عقاید دینی به باور و وجدان تبدیل شوند. از نشانه ها و آثار ایمان حقیقی، درک حضور دائمی خداوند متعال در هر حال و همه جا و همه زمان است.

سیر منطقی سرفصل ها

.1

ما معمولاً در چه موقعیت هایی و در برابر چه کسانی از انجام رفتارهای غیر متعارف - حتی اگر معصیت هم نباشند - حیا می کنیم؟ ناظر محترم در فرهنگ عمومی ما شامل چه موجوداتی می شود؟ آیا انسان باادب، حاضر است در مقابل یک خردسال 65 ساله لباس خود را عوض کند؟ و .....

.2

کدام عامل درونی مانع از هنجارشکنی ما در برابر انسان ها می شود؟ احساس خودارزشمندبینی، احترام به شخصیت خود و ذهنیت دیگران از ما فهم آثار و عواقب هنجارشکنی علنی و .....

.3

چرا ما خردسال 65 ساله را حاضر می بینیم ولی حضور خداوندی را که برای اثبات اصل، فرع و صفاتش ده ها استدلال و برهان از بر داریم حاضر نمی بینیم؛ أَلَمْ يَعْلَمْ بِأَنَّ اللَّهَ يَرَى آیا معنای این، العیاذ بالله خوار دانستن اوست؛ لالانك أَهْوَنِ النَّاظِرِينَ الَيَّ واخف المطلعين یا به دلیل کرامت و رحم بی نهایت او؛ بل لأنك اکرم الاکرمین و ارحم الراحمین».

.4

چگونه می توان درک حضور خدا را دائمی کرد؟

.5

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؟

.6

نقش توجه توسل و یاد دائمی انسان کامل و امام زمان ارواحنا فداه در توجه قلبی عمیق و مستمر به خداوند چیست؟

قرآن از سویی تنها راه راه یابی به سوی خدا را اهتمام به پرداخت اجر رسالت می داند و نه هیچ راه

دیگر! قُلْ ما أَسْئَلُكمْ عَلَيهِ مِنْ أَجْرٍ إِلاّ مَنْ شاءَ أَنْ يتَّخِذَ إِلى رَبِّهِ سَبِيلاً و از سوی دیگر تنها مزد رسالت را مودت اهل بیت علیهم السلام می شمارد قُلْ لَا أَسْأَلُكُمْ عَلَيْهِ أَجْرًا إِلَّا الْمَوَدَّةَ فِي الْقُرْبَىٰ و بدیهی است که مصداق اتم و اکمل ذوی القربی در عصر ما حضرت مهدی ارواحنافداه هستند.

7. آداب گام به گام حضور در محضر خداوند متعال چیست؟

آثار و نتایج:

.1

اصلاح ریشهای تمام گناهان و پرده دری ها در انسان؛

.2

ایجاد بستر مناسب برای درونی شدن عقاید عقلی و اخلاق نظری؛

.3

رفع و دفع بسیاری از شبهات اعتقادی که محصول عدم تجلی و ظهور آثار حقیقی باور به آنهاست؛

.4

تقویت حیا و عفاف و حجاب جامعه به پشتوانه احساس عمیق و دائمی حضور و نظارت خداوند متعال.

هشدارها و ملاحظات:

.1

هر چقدر در سنین پایین تر این حقیقت متعالی و معرفت درجه یک تبیین و نهادینه شود، سلامت و صلاح فرد و جامعه در آینده بیشتر تضمین خواهد شد.

.2

بهتر است در تبیین این موضوع بعد ایجابی - آثار مثبت درک محضر الهی و الگوهای مثبت و موفق این عرصه - بر بعد سلبی غلبه داشته باشد؛ چراکه موضوع از جنس موضوعاتی است که بیشتر وجهه تبشیری دارد تا انذاری مانند رحمت و توبه و ....

منلبع مفید:

.1

بحار الانوار، ج 71 باب 81 «الحیاء من الله و من الخلق»؛

.2

کنز العمال، ج 3، باب «الحیاء»؛

.3

شرح نهج البلاغه ابن ابی الحدید، ج 19، ص 45 «بحث فی الحیاء»؛

.4

وسایل الشعیه ؛ ج 8 باب 110 «استحباب الححیاء»؛

.5

میزان الحکمه؛ حرف «ح»؛ باب الحیاء.

طرح سخنرانی (6)

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 بسیاری از انسان های نه کنجی خلوت و مطهر برای خلوت با خود و خدا دارند و نه عرصه امن و مطمئنی برای دوست یابی و ارتباطات اجتماعی و رفع ده ها نیاز اساسی دیگر انسانی، چه قدر 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 خاص با وقف اصل مال از ملکیت واقف خارج و برای خداوند به نفع عموم مورد استفاده قرار می گیرد. مساجد غالباً از خانه ها و آپارتمان های ما بزرگ تر جذاب تر، زیباتر و با امکانات ترند! قداست ذاتی مسجد ما را از ورود افراد بد افکار بد و رفتارهای زشت تا حدود زیادی امنیت خاطر می بخشد. اما سؤال اینجاست که اولاً چرا تنها درصد کمی از افراد یک محل در مساجد حضور می یابند؟ ثانیاً از همان اقلیتی که حضور در مسجد در برنامه متداول ایشان تعریف شده است فقط عده معدودی از تمام ظرفیت این حضور بهره می برند؟ و ثالثاً، چرا در میان مسجدیان حرفه ای!! بخش قابل توجهی از آداب و مهارت کافی برای حضور در خانه خدا برخوردار نیستند؟ شاید هنوز به اندازه کافی عالمان و مبلغان دینی - به ویژه ائمه محترم جماعات - مردم را در این خصوص آموزش نداده و تربیت نکرده باشند؟ و شاید هم برخی از ما ،مبلغان خودمان هم یا به ظرفیت های گسترده مسجد، واقف نیستیم یا به آداب آن متأدب نشده ایم؟

سیر منطقی سرفصل ها:

.1

در بین تمام مکان هایی که در اختیار داریم یا می توانیم با کمترین زحمت و هزینه از آنها استفاده کنیم؛ مانند: خانه خوابگاه کتابخانه باشگاه بوستان ها و ... در کدامیک بیشتر احساس آرامش و راحتی می کنیم؟

.2

مهم ترین دلایل احساس آرامش در برخی مکان ها و عدم احساس آرامش مطلوب 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 کاملتان می شود

(احساس غریبه و رهگذر بودن)؟ یا اینکه آن مکان می تواند همزمان به هر انسانی با هر وضعیت اخلاقی و اجتماعی شایسته و ناشایست سرویس بدهد (خنثی بودن مکان)؟ یا نبودن رویکردی تعالی بخش و برنامه ای هدفمند و متناسب با شأن انسانی در برخی مکان ها نمی توانید خود را راضی کنید (سکولاریزه بودن فضاهای اوقات فراغتی)؟ یا ....

.3

به نظر شما هجرت به چه معناست؟ آیا صرفاً به معنای کوچ از یک دیار به دیاری دیگر؟ یا فقط به معنای معنوی از دست نفس اماره به سرای عقل و فطرت؟ آیا جدا شدن از مکان هایی کسالت آور، سکولاریزه، خنثی و غریبه و ارتباط با فضایی آرمانی هدفمند پاک از شوائب ضدارزش ها و آشنا نمی تواند، نوعی

هجرت شبانه روزی را رقم بزند؟

.4

در کدام فرهنگ ملی و دینی غیر از اسلام ساختار و برنامه و فرهنگی به مانند مسجد وجود دارد که در شبانه روز آغوشش را برای پذیرایی از کسانی که از قفس نفس یا دنیای گناه کاران خارج و به سوی خدا و رسول هجرت کرده اند، باز کرده باشد؟ اصلا چقدر درباره مسجد آگاهی داریم؟

.5

ماجرای رابطه ما با مسجد یک تفاوتی ماهوی با بقیه ساختارها و مکان ها دارد؛ زیرا در مقابل فرصتی که مسجد به ما می دهد - برای حل مسائل ارضای نیازهای اجتماعی فرهنگی و معنوی - حقوقی نیز برعهده ما دارد تا جایی که یکی از شاکیان مسلم انسان ها در قیامت کبرا مساجد خواهند بود؟ هرگز کسی به دلیل عدم حضور در بوستان یا سینما یا باشگاهی که در نزدیکی منزل یا محل کار وجود داشته مؤاخذه نخواهد شد، ولی کسی که نسبت به مسجد بی اعتنا یا کم اعتنا باشد علاوه بر آسیب هایی دامن خود و خانواده اش را در این دنیا می گیرد در آخرت هم شاکی او مسجد خواهد بود و البته آن شاکی که حتماً شکایتش در دادگاه الهی مسموع و مورد پذیرش است امام صادق علیه السلام می فرماید: شَکَتِ المَساجِدُ إلَی اللّهِ تَعالی الَّذینَ لا یَشهَدونَها مِن جیرانِها، فَأَوحَی اللّهُ عَزَّوجَلَّ إلَیها: وعِزَّتی وجَلالی لا قَبِلتُ لَهُم صَلاةً واحِدَةً، ولا أظهَرتُ لَهُم فِی النّاسِ عَدالَةً، ولا نالَتهُم رَحمَتی، ولا جاوَرونی فی جَنَّتی. (الخصال، ج 1، ص 163)

.6

آداب مسجد کدامند؟ اولویت بندی این آداب چیست؟ و تفاوت سنین اوضاع جسمانی، شئون علمی و اجتماعی چه تأثیری در نوع این آداب می گذارد؟

.7

مسئله ارزش بودن خدمت به مسجد در تمام ادیان الهی تا جایی که مادران پارسا فرزند در رحم خود را نذر خدمت به عبادتگاه می کردند و جالب تر این که علی رغم 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 - اهل مسجد - آزادی از اسارت خود و غیر خداست (ر.ک: آل عمران: 35-37)

آثار و نتایج:

.1

بهره برداری بهتر و بیشتر مردم از فرصت بی نظیر مسجد و بالتبع افزایش امکان ارتقای فرهنگی؛

.2

کاهش آسیب های اجتماعی و اخلاقی؛

.3

اصلاح برخی ناهنجاری ها که به مرور زمان در مساجد شکل گرفته و باعث دفع نسل جوان می شود.

هشدارها و ملاحظات:

مراقبت از دام برخی فرقه ها و احزاب منحرف در بازسازی مسجد ضرارها.

منابع مفید

.1

وسائل، ج 3، صص 447-557 «احکام المساجد»؛

.2

میزان الحکمه، باب المسجد؛

.3

**کنز العمال، ج 7، باب فضائل المسجد»؛ ج 8، باب فیما یتعلق بالمسجد»؛**

.4

بحار الانوار، ج 84 باب 9؛ ج 100، باب 6 و 7؛ ج 21، باب 30.

طرح سخنرانی (7)

موضوع: خلوت آری، اما رهبانیت نه

مخاطب: جوانان

حوزه مبحث: اعتقادی - تربیتی

موقعیت: اعتکاف

مقدمه: گاهی مناسک مذهب ما با برخی سنن امت های دیگر شباهت هایی دارد که برای افرادی که تعمق کافی در آموزه های دین مبین اسلام ندارند ایجاد شبهه می کند. یکی از این موارد ماجرای رهبانیت مسیحیان است که اگرچه در قرآن برای آن خواص خوب جزئی ذکر شده (مائده: 82) اما به صورت کلی در اسلام مشروعیت آن نفی و گرایش به آن، نهی شده است؛ لارهبانیۀ فی الاسلام (امالی، ص 541) ممکن است برای جوانان نکته سنج، این سؤال یا شبهه پیش بیاید که چه فرقی میان عبادت اعتکاف با رهبانیت و گوشه گیری از جامعه وجود دارد؟ این مطلب می تواند یکی از بهترین راه های تبلیغ اعتکاف و تشویق افراد به حضور در اعتکاف باشد.

سیر منطقی سرفصل ها:

.1

آیا در اسلام رهبانیت نفی شده است؟ رهبانیت که بی پاسخ نهادن نیمه خاکی و سرکوب نمودن اوست، ممنوع است. بدعت است (اعتکاف درنگی در سرای یار محسن عزیزی، 1389، ص 25) ر.ک: اعراف؛ 32 .

.2

چرا در اسلام رهبانیت و ترک دنیا نهی شده است؟

أ) اسلام، دین اعتدال است؛ وَكَذٰلِكَ جَعَلْناكُمْ أُمَّةً وَسَطًا (بقره: 143). 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 می کند البته با حفظ اصالت آخرت و مقدمیت دنیا.

ب) مزرعه بودن دنیا برای آخرت مرکب بودن جسم برای روح

ت) تمام فضیلت بشر بر سایر مخلوقات، کنترل نفس و جهاد با سرکشی غرایز و امیال آن است. در حالی که رهبانیت حل مسئله جهاد با نفس نیست بلکه پاک کردن صورت مسئله است پیامبر صلی الله علیه و آله فرمودند: رَهْبَانِيَّةُ

ث) تا جامعه اصلاح نشود حفظ و حراست از ایمان خود ممکن نیست. (نقش محیط در تربیت)

### 3. نقش اصلی خلوت با خدا

أ) اهمیت و ارزش خلوت با خدا در سیره انبیا و اولیا؛ بقره: 51 و اعراف: 142 و بحارالانوار: ج 141.

ب) اعتکاف، سکون منفعلانه نیست که تجدید قواست؛ به عنوان مثال خودرویی که در پمپ بنزین توقف کرده و خاموش است آیا خودش را از کار و تلاش کنار کشیده یا نه بالعکس 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 سقایت تشنگان بیزار و آزرده شده یا نه خود را برای یک دوره جدید سقایی را آماده می کند؟ و یا ورزش کاری که مدتی از میادین عادی ورزشی کناره می گیرد و در اردوی شبانه روزی تیم ملی به تمرین می پردازد عقب نشینی کرده است یا دورخیز؟ جوان و نوجوانی که برای شرکت در آزمون علمی

بزرگی، برای مدتی معلوم و کوتاه فعالیت های غیر درسی اش را کم می کند و در کتابخانه به مطالعه می پردازد، آیا از جامعه دور شده یا بر عکس برای حضوری پررنگ تر و مؤثرتر به خودسازی علمی مشغول است؟

ت) برخی از شرایط وجوبی اعتکاف، حاکی از عدم تناسب اعتکاف با رهبانیت است؛ مثلاً اعتکاف باید حتماً در مسجد جامع باشد که نماد حضور همه اقشار و مراودات فرهنگی و اجتماعی است.

آثار و نتایج

.1

اهتمام جوانان به مراقبت از خلوت انس خود با خدا در عین پرهیز از عرفانهای منحرف صوفیانه؛

.2

توانمندسازی جوانان برای مقابله و دفاع در مقابل موج شبهات دینی و اعتقادی؛

.3

واکسیناسیون جوانان در برابر تبلیغ روزافزون نحله های انحرافی از جمله ،مسیحیت، عرفان های نوظهور و...

هشدارها و ملاحظات:

.1

باید مواظب باشیم که نوعی به مسئله پرداخته شود که مخاطب گمان نکند که اسلام در بحث اصالت فرد یا جامعه معتقد به اصالت جامعه در برابر فرد است؛

.2

باید به هوش بود که توصیه جوانان و نوجوانان به خلوت هدفمند، ولی بدون برنامه و حساب نشده منجر به بروز زمینه معاصی گوناگون و خطرناک خواهد شد.

طرح سخنرانی (8)

موضوع: اعتکاف حقیقی، اعتکاف ظاهری

مخاطب: عموم و به ویژه بزرگسالان

حوزه مبحث: تربیتی - اخلاقی

موقعیت: اعتکاف

مقدمه همه خوبی ها در این دنیا مشوب به جنس تقلبی می شوند همان طور که در امور مادی هر شیء ارزشمند و هر کالای مرغوبی ممکن است توسط سودجویان با اجناس تقلبی و مشابه های بی کیفیتی مشتبه شود، در امور معنوی هم این آفت رایج است؛ از اصل نیاز فطری و عقلانی انسان به معبود و خدا گرفته تا نوع و روش انجام دستورات شریعت

مقدس اسلام. اصلاً مفاهیمی چون شرک، نفاق، ریا، تفاخر، تکاثر و... در همین راستاست که حجم زیادی از کتاب آسمانی ما را به خود اختصاص داده اند. اعتکاف هم به عنوان یکی از زیباترین جلوه های اخلاص و تسلیم عبد در برابر اراده معبود از این قاعده مستثنی و از دستبرد این آفات مبرا نیست.

سیر منطقی سرفصل ها:

1. نقش نیت و خلوص در نیت در رسیدن به اعتکاف حقیقی

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

ب) نقش توجه و هشیاری در اثر بخشی رفتارها تا جایی که حتی امروز دانشمندان اثبات کرده اند کسی که مسیری طولانی را هر روز پیاده طی می کند اما بدون قصد و توجه به ورزش بدنی، نسبت به کسی که همین مسیر را هر روز با توجه به نقش پیاده روی در سلامتی می پیماید بهره بسیار اندکی می برد توجه به خوبی ها یکی از مهمترین لذت های قلب است که گاهی از اصل موضوع لذت مهم تر است گاهی توجه یک بیننده به هنرنمایی یک نقاش از لذتی که خود آن نقاش در حال خلق اثر می برده بیشتر می باشد. «ربّ حامل فقه أفقه منه».

الی من هو دردمندی و بی دردی مرز بین استفاده و کفران نعمت هاست. اگر به بچه ای که سیر است غذایی لذیذ را بدهید، فقط آن را هدر می دهد ولی اگر غذایی به مراتب ساده تر از آن را به گرسنه ای که درد گرسنگی را تا

مغز استخوانش چشیده است بدهی، قدر دانه دانه های آن را به خوبی می داند. «ای خواجه درد نیست وگرنه طبیب

هست»، یا به قول حافظ:

«طبیب عشق مسیحا دم است و مشفق لیک *** چو درد در تو نبیند که را دوا بکند؟»

.3

دردمندی حقیقی محصول خودآگاهی است. آگاهی از این که من چه می توانستم بشوم و اکنون کیستم؟ آگاهی از این که تا کجا می توانستم بروم ولی الآن کجایم؟ آگاهی از اینکه با وجود در دسترس بودن بهترین مذهب و بهترین الگوهای دینی چه قدر تهی دستم؟

.4

محصول دردمندی درمان جویی است؟ «آب کمتر جو تشنگی آور بدست تا که آبت جوشد از بالا و پست» از همین جاست که مجاهدهٔ واقعی و جدی آغاز می شود؛ همان مجاهده ای که خداوند وعده قطعی داده است که راه را برای اهل آن باز کند؛ الَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا پس درمان خواهی هم ردیف با مجاهده در حد توان است به علاوه امید به نصرت و ظفر قطعی.

.5

پس از گشوده شدن اولین روزنه ها باید مراقب بود که آفت عزم، سستی و تنبلی است و آفت اهداف بلند، تبدیل ارزش ها نَ الْمُؤْمِنِينَ رِجالٌ صَدَقُوا ما عاهَدُوا اللّهَ عَلَيْهِ فَمِنْهُمْ مَنْ قَضى نَحْبَهُ وَ مِنْهُمْ مَنْ يَنْتَظِرُ وَ ما بَدَّلُوا تَبْدِيلاً.

.6

در تمام مسیر باید نکته اول خلوص نیت را متذکر شد و از تأخیر در فتح باب ها 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»

آثار و نتایج:

1. کیفیت پیدا کردن عبادات و مناجات ها.

هشدارها و ملاحظات:

1. وسواس در نیت و اخلاص آفت اخلاص است. در روایات است که همان طور که باید مواظب باشیم تا 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 باریک تر از مو و تیزتر از شمشیر تعبیر می شود.

منابع مفید:

1. قرآن کریم بقره، 112 ،139 ، 195، 207 238 ،265؛ آل عمران: 20؛ انعام: 52، 79 ، 136؛ یوسف: 24؛ کهف: 28، 110؛ حج: 31 :روم 38 لقمان 22؛ صافات: 40؛ زمر: 3، 2، 14، 11، 29؛ غافر: 14؛ جن: 18؛ انسان: 9 ؛ لیل: 20؛ بینه: 5.

2. بحار الانوار، ج 70 ، باب 54 «الاخلاص و معنی قربه تعالی»؛

. وسائل الشیعه، ج 1 ، باب 8 «و وجوب الاخلاص»؛

.4

کنز العمال، ج 3، صص 23-27، ص 647 «الاخلاص»؛

.5

میزان الحکمه، ابواب اخلاص

طرح سخنرانی (9)

موضوع: انتخاب های بزرگ، انسان های بزرگ

مخاطب: جوانان و نوجوانان

حوزه مبحث: اخلاقی - تربیتی

موقعیت: اعتکاف، ماه مبارک، یادواره شهدا

مقدمه: معیار بزرگی یا حقارت انسان ها و جوامع در هر نظام فکری متناسب با جهان شناسی و ارزش ها و باورهای آن مکتب، تعریف می شود. در مکاتبی که همه هستی را در ماده و مادیات خلاصه می کنند انسان و جامعه به میزانی که از مادیات بهره بیشتری برگیرند بزرگ و به میزانی که از غلتیدن در ماده و لذات مادی عاجز باشند حقیر و ذلیل شمرده می شوند، اما از منظر اسلام انسانیت درست از همان جایی آغاز می شود که حیوانیت محض تمام می شود. بر سر دو راهی انتخاب خاکی بودن یا افلاکی شدن انسان از انسان نما و - به قول شهید چمران - مرد از نامرد شناخته می شود. بنابراین انسان طالب سعادت و تعالی به مسئله انتخاب در زندگی اهمیت فوق العاده ای می دهد.

سیر منطقی سرفصل ها:

.1

آیا ما در سرنوشت خود انتخاب گریم 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 کشش های مادی این تنها انسان است که از هر دو کشش و انگیزه برخوردار است و می تواند با ارادهٔ خود، انتخاب کند که خاکی باشد و چشم بر آسمان ببندد؟ یا افلاکی محض باشد و به خاک و مافیها پشت پابزند؟ یا راهی سوم و میانه که او را از خاک و در خاک به افلاک برساند؟

.2

نه ترک کلی خاک پسندیده است (اعراف: 32)

.3

و نه اخلاد الی الارض و چشم پوشی از افلاک مورد امضای اسلام است. (فرقان: 44)

.4

بلکه رام کردن مرکب چموش خاک به دست روح افلاکی مطلوب و تنها راه سعادت است که صد البته جهادی نفس گیر است و به مراتب سخت تر از جهاد با کفار و مشرکین؛ از این جهت به آن جهاد اکبر گفته اند. (نازعات: 40؛ قصص: 77)

.5

چرا در اکثر اوقات، اکثر افراد در دو راهی انتخاب، راه تن و خاک و شهوات را برمی گزینند؟ اصلاً چرا همواره روندگان راه عقل و فطرت، در اقلیت بوده اند؟

أ) اولاً، قلت اهل حقیقت نباید ما را به وحشت و شبهه بی اندازد (نهج البلاغه: لا تستوحشوا عن طریق الحق لقلة اهله)

ب) ثانیاً، جاذبه های شهوات و مادیات، حسی، فوری، نقد و سهل الوصول اند، ولی جوایز معنوی غالباً غیر حسی،

غیر فوری، نسیه و صعب الوصول اند. در عوض نعمت های مادی سریع الزوال، تک بعدی و محدود به بعد مادی و دنیوی و فاقد قدرت آرامش بخشی حقیقی اند، ولی لذایذ معنوی با دوام بطیء الزوال و دارای معجزه آرام بخشی حقیقی اند.

6. قبل از آن که بخواهیم جنس انتخاب های بیرونی را تعیین کنیم اول باید به یک سؤال پاسخ بدهیم؛ اینکه می خواهیم برای خودمان و به طور حقیقی ارزشمند باشیم یا نه؟ اگر آری چه قدر حاضریم برای ارزشمند شدن خود هزینه کنیم و از لذت های پایین تر دست بکشیم؟

أ) اگر لذتِ ترک لذت ،بدانی دگر لذت نفس لذت نخوانی!

ب) در روایت است که : مَنْ رَقَى دَرَجَاتِ اَلْهِمَمِ عَظَّمَتْهُ اَلْأُمَمُ و یا مَنْ كَرُمَتْ عَلَيْهِ نَفْسُهُ لَمْ يُهِنْهَا بِالْمَعْصِيَهِ و در مقابل مَنْ هَانَتْ عَلَيْهِ نَفْسُهُ فَلاَ تَأْمَنْ شَرَّهُ خلاصه اگر خودت برای خودت ارزشمندی باید همت عالی بخرج دهی و با چشم پوشی از اندک لذت های ناصواب پله های ترقی حقیقی در سپهر انسانیت را بپیمایی هر چه قدر از نردبان ترقی انسانی بالاتر بروی نه تنها برای خودت، بلکه برای همه امت ها و ،تاریخ باعظمت و لایق تعظیم خواهی شد.

ت) اولیای خدا، عارفان الهی، علمای ربّانی و شهدای عزیز مصادیق عظمای این فرمول روشن و قطعی هستند. چه کسی فکر می کرد روزگاری برسد، نه قاسم پسر عزیز امام مجتبی علیه السلام، بلکه نوجوانان بی نام و نشانی همچون حسین فهمیده ها به جایی برسند که پیر مرادشان با اخلاص و صداقت بگوید: «رهبر ما آن طفل 13 ساله است که نارنجک به کمر می بندد و زیر تانک تانک می رود».

آثار و نتایج:

.1

ایجاد انگیزه ترک شهوات و کنترل بیشتر غرایز؛

.2

تقویت روحی نوجوانان متدین برای مقاومت در مقابل موانع محیطی از قبیل انگ ها و تمسخرها و....

هشدارها و ملاحظات:

مراقبت از این که در خلال این بحث، منافات کلی بین دنیا و لذایذ مشروع آن با معنویت و آخرت گرایی القا نشود.

منابع مفید:

.1

کتب مربوط به شرح احوال کسانی که در دوراهی های حساس زندگی انتخابی سرنوشت ساز انجام دادند و یک شبه ره صد ساله را طی کردند؛

.2

کتب خاطرات و سیره شهدا و آزادگان چه شهدای جنگ نظامی و چه شهیدان جهاد علمی.

طرح سخنرانی (10)

موضوع: سکوت نشانه عجز یا راه کسب حکمت؟

مخاطب: عموم، به ویژه جوانان و اهل علم

حوزه مبحث: اخلاقی - تربیتی

موقعیت: اعتکاف، زیارت، اردوهای تفریحی - تربیتی

مقدمه: شاید در بین رفتارهای اخلاقی (فضایل) هیچ خصلتی از سکوت به روزه شبیه تر نیست، تاجایی که در بعضی فرهنگ ها، روزه سکوت متداول بوده است - که البته از نظر اسلام ممنوع است - شاید یک وجه این شباهت مربوط باشد به آثار شگفت انگیزی که در روزه - به عنوان یک عمل و عبادت - و در صمت - به عنوان یک اخلاق و خوی شریف - وجود دارد. اما مسئلهٔ صمت همچون برخی دیگر از آموزه های دینی، سهل و ممتنع است؛ بنابراین توجه به حقیقت آن و سپس به ظرائف و آثار آن نیاز به فرصتی خلوت و مناسب همچون اعتکاف دارد.

سیر منطقی سرفصل ها:

.1

وقتی خدا نعمتی مانند زبان داده است چرا باید آن را محدود و حتی مدتی تعطیل کنیم؟

.2

آیا صمت و سکوت هم معنا هستند؟ تفاوت آنها در چیست؟ آیا هر دو، فضیلت اند؟

.3

چه آثاری بر صمت مترتب می شود؟

ذ) طرد شیطان ب) عون بر امر دین؛ ت) مورث حکمت؛ ث) کسب محبت خوبان ج) راهنمای هر خوبی؛ د) کسب وقار و پیشگیری از عذرخواهی ناشی از اقدام جاهلانه؛ ذ) سلامتی معنوی؛ ر) بوستان تفکر؛ س) نورانیت قلب.

.4

چه رابطه ای میان صمت و تفکر و حکمت نهفته است؟ «دلیل العاقل التفکر و دلیل التفکر الصمت»

.5

آیا صمت در هر موقعیتی فضیلت است؟ به قول سعدی

«دو چیز طیره عقل است دم فروبستن به وقت گفتن و گفتن به وقت خاموشی»

.6 راه های کنترل زبان و رسیدن به مقام صمت حکمت زا چیست؟

آثار و نتایج:

.1

تشویق و ایجاد بستر مناسب تفکر به عنوان برترین عبادات؛

.2

رهنمون شدن جوانان به تأمل در خود و رسیدن به جمعیت خاطر.

هشدارها و ملاحظات:

1. باید در امثال این مباحث از بیان روش ها و معرفی الگوهایی غیر از اهل بیت علیهم السلام و علمای ربانی که رفتارهایشان مبتنی بر حجت شرعیه بوده است، اجتناب کرد.

منابع مفید:


.1

کنز العمال، ج 3، ص 768؛

.2

وسایل الشیعه، ج 8، باب 117 «استحباب الصمت»؛

.3

میزان الحکمه «باب الصمت»؛

.4

بحارالانوار، ج 1، باب 6؛

.5

میزان الحکمه، «باب الحکمة»؛


طرح سخنرانی (11)

موضوع: دشمن شناسی (آشنایی با ترفندهای ابلیس)

مخاطب: عمومو به ویژه جوانان و نوجوانان

حوزه مبحث: اعتقادی - اخلاقی و تربیتی

موقعیت: اعتکاف، ماه مبارک رمضان و سایر مناسبت ها

مقدمه: امام صادق علیه السلام می فرماید: وَجَدْتُ عِلْمَ اَلنَّاسِ فِی أَرْبَعٍ: أَوَّلُهَا: أَنْ تَعْرِفَ رَبَّکَ (خداشناسی مقصد شناسي اَلثَّانِی أَنْ تَعْرِفَ مَا صَنَعَ بِکَ (خودشناسی) و الثالث: أَنْ تَعْرِفَ ما أَرادَ مِنْكَ (وظیفه شناسی) وَ اَلرَّابِعُ أَنْ تَعْرِفَ مَا یُخْرِجُکَ مِنْ دِینِکَ (آفت شناسی ـ دشمن شناسی))

مثال یک کشاورز خبیر و خبره نه تنها هدف و غایت کار (مقصد) را به خوبی می شناسد که در پایان می خواهد چه محصولی را و به چه میزان و با چه کیفیتی برداشت کند و نه تنها می داند که برای رسیدن به مقصود خود چه کارهایی باید انجام دهد از تهیه بذر مناسب، شخم زدن و آماده سازی صحیح و به موقع زمین، کاشت صحیح و داشت هشیارانه (وظیفه شناسی)، بلکه بالاتر از این متوجه آفت های گوناگونی که ممکن است زحمات طاقت فرسای او را بی سروصدا به باد بدهند، نیز هست؛ بنابراین برای پیشگیری یا دفع هر آفتی سم مخصوصی با دوز مناسب و در زمان های خاص به کار می برد یا از ابزار و اسباب دیگری مربوط به این موضوع استفاده می کند.

بنابراین صرف آگاهی از هدف زندگی (بندگی و عبودیت) و صرف آگاهی از توانایی ها و استعدادهای خود و صرف آشنایی با وظایف دینی و اخلاقی برای رسیدن به سعادت کافی نیست، بلکه در کنار همه اینها باید نسبت به دشمنان خوشبختی و شگردهای متنوع دشمنی آنها هم آگاهی کافی و مهارت لازم را به دست آورد.

سیر منطقی سرفصل ها:

دشمن معمولی: کفار و مشرکین و منافقین و فاسقین

1. اقسام دشمنان انسان: دشمن بزرگ: شیطان ملعون رجیم

دشمن بزرگ تر: نفس امّاره

2. رابطه سه گروه دشمنان با هم:

أ) دشمنان معمولی، جنود اشکار ابلیس در خارج از مملکت وجود ما هستند که عقاید، رفتارها و شیطنت هایشان با اندکی بصیرت قابل تشخیص و با مراتبی از تقوا قابل دفع است.

ب) نفس اماره به عنوان دفتر نمایندگی ابلیس در درون خانه نفس ما عمل می کند. ستون پنجم بسیار پنهان و حیله گری که حتی گاهی در لباس عقل و روشن فکری، کلاه بر سر ما می گذارد.

ت) ابلیس: به عنوان طراح و فرمانده شیاطین جن و انس و عامل وسوسه و تسویل و تحریک نفس اماره که در نهایت ،هدفش به طغیان واداشتن نفس اماره در مقابل عقل و شرع و برهم ریختن حکومت الهی در درون افراد و جوامع است.

3.

ضرورت شیطان شناسی: رسول الله صلی الله علیه و آله فرمود: سَتَكُونُ فِتَنٌ يُصبِحُ الرَّجُلُ فيها مُؤمنا و يُمسى كافرا، إلّا مَن أحياهُ اللّهُ تعالى بالعِلمِ (کنز العمال، 113، 91) پس تنها راه مصونیت از فتنه های شیطانی آخرالزمان علم و آگاهی است از ترفندهای ابلیس و جنودش و مجهز شدن به سلاح مناسب تقابل با آن.

4.

راهبردها و ترفندهای ابلیس

إزلال بقره 36 و استزلال آل عمران، 155؛

خطوات بقره 168 و 208 و انعام، 142، نور، 21؛

وعده دروغین فقر بقره، 268 ؛

امر به فحشا و منکر بقره، 268 و نور، 21؛

تخبّط: بقره، 275؛

تخویف دوستان خود: آل عمران، 175؛

اضلال: نساء، 10؛

قرین شدن: نساء، 38 و زخرف، 36؛

445؛ ولایت نساء، 119 و مریم،

وعده و تمنیه (آرزوسازی) کاذب: نساء 120 و اسرا، 64 و ابراهیم، 22؛

خمر و میسر و انصاب و ازلام: مائده، 90؛

ایقاع عداوت دشمنی بین مردم: مائده 91 و قصص، 15 (ر.ک. تفاسیر)

تزیین: انعام 43 و انفال 48 و نحل، 63 و نمل 24 و عنکبوت، 38 و حجر، 39 و بقره، 212و انعام، 122 و توبه 37 و یونس، 12 و رعد، 33 و فاطر، 8 و 37 محمد، 14 و فتح، 12؛

انساء (به فراموشی کشاندن): انعام 68 و یوسف 42 و کهف، 63 و مجادله، 19؛ وسوسه اعراف، 20 و طه، 120؛

دشمنی آشکار؛ اعراف، 22 و یوسف، 5 و اسراء، 53 و فاطر، 6؛

افتنان: اعراف، 27؛

نزغ: اعراف، 200 و یوسف، 100 و اسراء، 53 و فصلت، 36؛

مسّ: اعراف، 201 و ص، 41؛

رجز: انفال 11 و رجس مائده، 90

اتباع: حج، 3 و بقره، 168 و 208 و انعام 142 و نور، 21 و بقره، 102؛

القاء: حج، 52 و 53 و کافی ، ج 2، 327؛

خذلان: فرقان، 29؛

صدّ عن السبیل: عنکبوت 38 و زخرف، 62 و رعد، 33؛

تسویل: محمد، 25؛

نجوا: مجادله، 10؛

استحواذ: مجادله 19؛

تلاوت: بقره، 102؛

استهواء: انعام، 71؛

وحی بر اولیای خود: انعام، 121؛

أز کافرین: مریم، 83؛

همزات: مؤمنون، 97؛

تنزل: شعراء، 210 و 221؛

املاء: محمد، 25؛

خدعه: صحیفه سجادیه، دعای 37؛

تصویر: صحیفه سجادیه، دعای 37؛

صفات خود شیطان نسبت به :خدا کفور (اسرا، 27)، عصیّ (مریم، 44) و مرید و مارد (حج، 3؛ صافات، 7؛ نساء،

(117

.5

ذیل هر یک از راهبردهای یاد شده، یک یا چند راهکار تعریف شده است که باید نسبت به آنها هم اطلاع کافی پیدا کنیم؛ مثلاً در راهبرد تزیین حبّ نساء، شهوات، سه نوع راهکار تعریف شده است که عبارتند از: تزیین حب نساء، تزیین حبّ ،فرزندان تزیین حب مال و دارایی (آل عمران: 14).

.6

راه های مصونیت از کید شیطان:

أ) آگاهی از روش های شیطان و روش های رحمان و تفاوت آن دو؛ مثلاً در هنگام فراهم شدن شرایط ارتکاب به یک گناه، دو ندای متضاد همزمان در درون ما شنیده می شود، یکی می گوید: «حالا این که گناه بزرگی نیست، ضمناً با یک بار و دوبار که چیزی پیش نمی آید، علاوه بر این که خدا آن قدر مهربان است که زود از تو می گذرد و تو توبه می کنی و منادی دیگر می گوید: «وای بر تو اگر این گناه را مرتکب شوی شاید برای همیشه از چشم خدا بیافتی چگونه جرأت می کنی در محضر خدا دست به این کار زشت بزنی؟» ندای اول، ندای شیطانی است که جسارت ارتکاب به گناه را در انسان تقویت و قبح معصیت را در نظر شکسته یا کوچک می کند ندای دوم، ندای رحمان است که تا جای ممکن ما را از تن دادن به مذلت معصیت برحذر می دارد اما پس از ارتکاب گناه هم باز دو ندا در درون شنیده می شود؛ یکی می گوید: «دیگر با این افتضاحی

که به بار آوردی تمام پل های پشت سرت را خراب کردی دیگر فایده ای در توبه هم نیست؛ زیرا تو دائماً گناه می کنی و توبه می کنی این نوعی استهزاء است اما ندای دوم می گوید بد کاری کردی، ولی اگر واقعاً پشیمان و نادم باشی آغوش رحمت و آمرزش خداوند به روی گنهکاران باز است و ان الله یغفر الذنوب جمیعاً. 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.

ب) اعتصام به خدا با نیت صادقه؛

ت) اتکال بر خدا در تمام امور؛

ث) ذکر کثیر در شب و روز؛

ج) انصاف با مؤمنین؛

ح) عدم جزع در مصیبت ها؛

خ) رضا به قسمت و رزق الهی؛

د) خوف صادقانه از غضب الهی؛

ذ) کثرت دعا؛

ر) روزه؛

ز) صدقه؛

**س) حب في الله؛**

ش) عمل صالح؛

ص) استغفار

ض) ترک حسد و حرص؛

ط) مراقبت در حال غضب، قضاوت و در حال خلوت با زن اجنبی؛

آثار و نتایج:

1. بصیرت و قوت در برابر گناه و ترفندهای ابلیس.

هشدارها و ملاحظات:

.1

مواظب باشیم که شیطان را - مانند برخی فیلم ها و سریال های تلویزیون - ابرقدرت و غیرقابل شناخت و شکست معرفی نکنیم؛ إِنَّ عِبادی لَیْسَ لَکَ عَلَیْهِمْ سُلْطانٌ إِلاّمَنِ اتَّبَعَکَ مِنَ الغاوِینَ (حجر /42)؛

.2

تا جایی که امکان دارد در تبیین موضوعات به مثال های امروزی و مبتلابه نسل جدید بپردازیم و در حل مشکل جوانان در مبارزه با این معضلات راه کارهای روشن و معتبر ارائه کنیم نه نسخه های مبهم و کلّی.

منابع مفید:

.1

المعجم المفهرس لالفاظ القرآن الکریم، واژه های «شیطان»، «ابلیس»، «زین»، «وسوس» و...؛

.2

بحار الانوار، ج 63 باب3 «ابلیس و قصصه»؛

.3

کنز العمال، ج 1، صص 244-398 «فی الشیطان و وسوسته»؛

.4

میزان الحکمه، باب «الشیطان»؛

.5

صحیفه مبارکه سجادیه؛

طرح سخنرانی (12)

موضوع: توبه؛ بازگشت به فطرت

مخاطب: عموم به ویژه جوانان

حوزه مبحث: اخلاقی - تربیتی

موقعیت: اعتکاف، مجالس وعظ و توسل، شب قدر، زیارت

مقدمه: اگرچه لوازم عصمت از گناه و عصیان برای همگان فراهم است اما به هر حال عوامل غفلت و نسیان هم در عالم فراگیر است؛ بنابراین هر انسانی جایزالخطاست. به قول پیامبر مهربان اسلام: كُلَّ بنی آدَمَ خَطّاءٌ وَخَیرُ الخَطّائینَ التَّوّابُونَ (میزان الحکمه باب التوبه) بنابراین باید - از باب لطف - راهی برای جبران و اصلاح وجود داشته باشد و آن راه توبه است. در واقع اگر درهای توبه به روی بندگان گشوده نبود هر بنده ای علی رغم میل به طاعت الهی با اولین معصیت، به ورطهٔ یأس و قنوط از رحمت خدا سقوط می کرد و دیگر کسی داعیه و انگیزه برای دوری از سایر گناهان نمی یافت. به قول معروف آب که از سر گذشت چه یک وجب، چه صد وجب!

بلند شدن پس از زمین خوردن توفیقی است از اختصاصات انسان؛ زیرا بلند شدن را حیوانات ندارند و زمین خوردن را

فرشتگان! بنابراین باید نگاه ما به مقام و امتیاز توبه، منطبق با آموزه های قرآن و عترت باشد نه تلقی های عوامانه. در آموزه های قرآن و عترت توبه به ذات خود مقامی است از مقامات قرب الی الله تعالی توبه صرفاً نقش یک پاک کن برای غلط های دیکته و انشای بندگی را ایفا نمی کند بلکه مهم تر از آن خودش نقشی است زیبا و پسندیده که موجبات نزدیکی عبد به پروردگار را فراهم می سازد؛ از این رو در قرآن می فرماید إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ و در حدیث از پیامبر اعظم صلی الله علیه و آله است که لَيْسَ شَيْءٌ أَحَبَّ إِلَى اَللَّهِ مِنْ مُؤْمِنٍ تائِبٍ أَوْ مُؤْمِنَةٍ تائِبَةٍ.

سیر منطقی سرفصل ها:

. چرا در روایات ترک گناه آسان تر از توبه دانسته شده در حالی که به نظر می رسد تو به کار آسانی باشد، همان طور که در حدیث است که «انما التوبة الندم»؟

أ) اصل بقای عمر برای توفیق توبه احتمالی است، نه قطعی!

ب) اصل این که بر فرض حیات، آیا توفیق توبه حاصل می شود یا نه؟ خصوصاً با توجه به توطئه هایی که ابلیس و لشگریانش برای تسویف و به تأخیر انداختن تو به بندگان تا لحظه احتضار طرح ریزی کرده اند.

ت) اصل اینکه بر فرض توبه و عذرخواهی از خداوند ممکن است نوع گناه یا حدی که گنه کار از آن تعدی کرده به جایی رسیده باشد که دیگر توبه او مقبول درگاه الهی واقع نشود؟

ث) تازه بر فرض پذیرش توبه آثار وضعی و تکلیفی آن همچنان باقی است. آثار وضعی بر روح و جسم و ذهن گنه کار. آثار تکلیفی یعنی حقوق خداوند و حقوق مردم که در دوران ،معصیت ضایع کرده و باید همه را جبران نماید.

ج) از همه بدتر طعم شیرین گناه و اثر محرکی که تجربه و خاطره گناه در فرد دارد، ممکن است هر آن، او را به گناه بکشاند ارتکاب گناهی که توسط انسان تجربه شده ،است راحت تر و مقاومت در برابر آن دشوارتر از گناهی است که دست و ذهن را به آن نیالوده است.

.2

در عین حال ما موظفیم گناهکاران را امید به توبه و قبول الهی بدهیم و نسبت به برخی روایات و سخنانی که در ابتدای ،امر دشواری و صعوبت توبه را در ذهن تداعی می کنند، توجیه صحیحی ارائه کنیم؛ مثلاً این روایت که حضرت امیر وارد مسجد شدند و دیدند فردی تندتند می گوید استغفر الله حضرت با تشر به او فرمودند: «شکلتک امک! اتدری ما الاستغفار؟» و سپس 6 شرط و مقدمه برای استغفار بیان کردند که برخی از آنها تا آستانه حرج و مشقت بیش از ،طاقت پیش 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 گوشت هایی که در دوران گناه در بدنت روییده آب شود و پوستت به استخوان بچسبد، آنگاه مجددا گوشت در حال طاعت و پاکی بر آن بروید بدیهی است برای یک جوان یا هر گنه کاری که اراده توبه دارد نظیر این فرمایشات می تواند منجر به پشیمانی از پشیمانی !شود اما حضرت امام خمینی (رحمه الله علیه) در کتاب بی نظیر چهل حدیث در حدیث 12 پیرامون همین روایت می فرمایند دو شرط اول، یعنی ندامت واقعی و تصمیم جدی بر عدم بازگشت به گناه، شرط صحت اند و دو شرط بعدی (ادای حق الله و حق الناسی که تضییع کرده ای) شرط قبول توبه اند و دو شرط آخر (بیرون راندن شیرینی گناه از ذائقه روح و آب کردن گوشت بدن) شرط کمال اند.

.3

برای تشویق و انگیزه دادن به مردم برای توبه و استغفار از چند راه می توان استفاده کرد:

أ) بیان داستان ها و حکایاتی از جلوه های عفو و رحمت و پرده پوشی خداوند مانند ماجرای توبه نصوح؛

ب) 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 یُبدل الله سیئاتهم حسنات؛

ت) ارائه راه های میانبر برای به جوش آوردن دیگ رحمت حق، مانند توسل و عزاداری برای اهل بیت علیهم السلام و ...

4. استفاده از توبه و حال توبه برای تثبیت اراده و عزم بر ترک گناهان فردی و اجتماعی:

أ) وعده های مادی و معنوی خداوند به فرد و جامعه با تقوا، شامل:

رفع خوف و حزن (اعراف: 35) فلاح و رستگاری (حشر: 9 و تغابن: 16)، محبوب خدا شدن (آل عمران: 76)، آسان شدن امور (لیل: 5) برتری آخرت (بقره: 212) وعده بهشت (آل عمران: 15) تکفیر سیئات (مائده/65) بازشدن ابواب برکات آسمان ها و زمین (اعراف، 96) همراهی خدا (نحل: 128) نجات از جهنم (مریم: 72)،

امدادهای غیبی (آل عمران: 25)، ایمنی از مکر دشمنان (آل عمران: 120)، خروج از بحران ها و روزی مخصوص (طلاق: 2) اصلاح اعمال معیوب و ناقص احزاب (70-71) آمرزش گناهان (احزاب 71)، پذیرفته شدن اعمال (مائده: 27) زیادتی اکرام الهی و عزیز شدن نزد او (حجرات: 13) افاضه نور فرقان (انفال: 29)، بشارت ملائکه هنگام مرگ (یونس: (63-65) و .

ب) وعیدهای الهی برای کسانی که عالماً عامداً به تکرار و اصرار بر گناه مبادرت می ورزند؛

ت) معرفی برخی از کتب اخلاقی مفید برای جوانان با رویکرد درمانگری مشکلات اخلاقی مانند سری کتاب های جوانان چرا؟»، «گناهان کبیره آثار اخلاقی استاد سید محمد شجاعی، چهل حدیث امام (رحمه الله علیه) و ...؛

ث) در گام اول باید امید واقعی داد بر اساس قاعده قرآني إِنْ تَجْتَنِبُوا كَبَائِرَ ما تُنْهَوْنَ عَنْهُ نُكَفِّرْ عَنْكُمْ سَيِّئَاتِكُمْ وَ نُدْخِلْكُمْ مُدْخَلًا كَرِيماً (نساء: 31) و گناهان کبیره را از یک منبع معتبر به جوانان معرفی کرد. در این زمینه بهترین منبع تحریر الوسیله امام خمینی (رحمه الله علیه) باب احکام نماز جماعت بحث صفات امام جماعت است.

آثار و نتایج:

.1

ایجاد بستر گرایش بیشتر جوانان به معنویت و طهارت؛

.2

زمینه سازی اصلاح کامل انحرافات جوانان و افرادی که به خیال اینکه منفور خدا هستند، خود را تسلیم دوستان ناباب و گناهان متنوع کرده اند.

هشدارها و ملاحظات:

.1

رعایت تعادل بین بیم و امید، انذار و تبشیر؛

.2

رعایت اصل تدرج و اصلاح گام به گام؛

.3

ضرورت مأنست و تلمذ در محضر علمای ربانی و حرکت در سایه ارشادات ایشان؛

.4

پرهیز از کتب سخنرانی ها و جلسات غیر اهل علم و مدعیان فاقد سلسلۀ شناخته شده عرفان و سیر و سلوک؛

.5

اهتمام جدی به ترک گناه و انجام واجبات از طریق تعبد به رساله عملیه مرجع تقلید.

منابع مفید:

.1

چهل حدیث امام خمینی (رحمه الله علیه) به خصوص حدیث اول؛

.2

اخلاق عملی، آیت الله مهدوی کنی؛

.3

آثار آیت الله مجتبی تهرانی؛ مانند کیش پارسایان و...؛

.4

رساله لقاء الله؛ آیت الله میرزا جواد ملکی تبریزی؛

.5

معراج السعادة؛ ملا مهدی نراقی.

طرح سخنرانی (13)

موضوع: چگونه حال خوش معنوی را حفظ کنیم؟

مخاطب: عموم و به ویژه جوانان و نوجوانان

حوزه مبحث: اخلاقی - تربیتی

موقعیت: اعتکاف زیارت مشاهد، مجالس وعظ و توسل

مقدمه: ایجاد توجه بیداری و به تبع آن حال و وجد معنوی در انسان - که شیطان و لشگریانش از چهار جهت او را احاطه کرده اند - اگرچه کار ساده ای نیست اما از آن سخت تر حفظ و حراست از حال و یقظه ای است که گاه برکات آیات و روایت و توسل به اهل بیت علیهم السلام حاصل می شود به باد ندادن سرمایه ای که در لحظات وزش نفحات الهی به دست آورده ایم، امری است که اکثر افراد دربارۀ آن از ما می پرسند، ولی اکثراً نیز جواب مشخصی از ما دریافت نمی کنند. برای رسیدن به جواب این پرسش خوب باید مباحث زیر را به ترتیب برای مخاطب، جا انداخت:

.1

اولاً، ما آمده ایم تا عبدالله بشویم نه عبد الحال! درست است که توجه به خدا و معنویات در انسان حال وجد خاصی به وجود می آورد اما هدف از مناجات و بالاتر هدف از بندگی رسیدن به حال و وجد و ... نیست. شاید عبادت نکردن برای پیدا کردن حال نیز یکی از مراتب اخلاص باشد روزی در حرم مطهر امام رضا علیه السلام طلبه نوجوانی به مرحوم آیت الله بهجت اعلی الله مقامه الشریف عرض کرد: «آقا لطفاً یک چیزی به من بگویید تا حال پیدا کنم بدون فاصله آقا با خوش رویی به ایشان فرمودند: «کاغذ و قلمت را در بیآور تا چیزی بگویم حال پیدا کنی طلبه ساده با اشتیاق قلم و کاغذ آماده کرد تا بنویسد. آقا فرمودند: «بنویس جاء زید راکباً، حالا برو حالش را پیدا کن!»

.2

ثانیاً، براساس قانون علیت 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 گرنه این حال نیز پیدا نمی شود.

.3

علت اینکه گاهی قلب ما یکسره از کثرات و تعلقات پست دنیوی منقطع و به سوی ملکوت متوجه می شود چیست؟ آیا این یک فرآیند اتفاقی و خارج از اختیار است؟ یا قابل کنترل و در نتیجه قابل تکرار و استدامه است؟ علت بروز این حال را می توان در عوامل مختلفی جست وجو کرد حضور در جمع و محفلی که از یاد خدا انباشته و از یاد غیر او تهی است و یا اذکار و اورادی که بر زبان جاری و از این طریق آرام آرام بر دل تأثیر می کند، همچون تلقینی که بر میت می.خوانند آیت الله خوشوقت در بیان علت دستور به ذکر کثیر فرمودند: «وقتی شما به عدد کثیر ذکر شریف تهلیل را می گویید همه را با توجه نمی گویید، ولی در هر چند ذکر، یکی را با توجه می گویید و همین یکی اثر می گذارد ادامه می دهید دوباره بعد از چند ذکر، یکی را با توجه می گویید اثر می کند و به همین ترتیب تا آخر و اگر بر ذکر کثیر مداومت کنید، به تدریج فاصله ذکرهایی که با توجه ادا می شوند کم و کمتر می شود تا جایی که همهٔ آن ها را با توجه خواهید گفت». یا دردها

و غصه هایی که شما را از دیگران غافل و به خودتان مشغول کرده است و یا همه این عوامل به عنوان زمینه ساز و معدات هستند و آنچه که علت اصلی رسیدن به حال معنوی در توسلات و مناجات می باشد، همان چیزی است که در زبان اهل معنا گاهی به معرفت تعبیر می شود که حافظ شیرازی می فرماید:

بی معرفت مباش 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 که آبت جوشد از بالا و پست

و گاهی به درد:

طبیب عشق مسیحا دم 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 بی دردی 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 پیش نیاز این درد و عطش، اندکی تفکر است و در پی آن مدتی مراقبه اما تفکر در چه و مراقبه از چه؟

4. تفکر در اینکه من کیستم؟ آیا همین تن و غرایز و نیازهای حیوانیام؟ یا همین ذهن و حافظه و قدرت یادگیری و اندیشیدنم؟ و یا علاوه بر همه این ها رشحه ای 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 خویشتنم

ز کجا آمده ام آمدنم بهر چه بود؟ *** به کجا می روم آخر ننمایی وطنم؟

حاصل این فکر - در صورتی که خالص برای خدا باشد و نه هیچ چیز دیگر - به علاوه ذکر، احیای فطرتی است که زنده بگورش کرده ایم. او خود جواب همهٔ این پرسش ها را می دهد که:

مرغ باغ ملکوتم نیم از عالم خاک *** چند روزی قفسی ساخته اند از بدنم

من ملک بودم و فردوس برین جایم بود *** آدم آورد در این دیر خراب آبادم

5. مراقبه از چه؟ مراقبت از این که حالا که بیدار شده ام نباید دوباره بخوابم باید اسباب غفلت و مرگ روح را بشناسم و خود را از آن ها برحذر بدارم اسبابی نظیر همنشین بد دوری از محفل اهل علم انس با بطّالین و.... چه زیبا در

دعای ابوحمزه ثمالی حضرت سجاد علیه السلام به این درد و درمان اشاره می کند و در پایان ده عامل برای مرگ روح و افتادن از چشم خدا بر می شمارد. آن جا که عرضه می دارد: اللّهُمَّ إِنّي كُلَّما قُلْتُ قَدْ تَهَيَّأْتُ وَ... و آن ده عامل مرگ معنوی را این گونه معرفی می کنند: «سیدی لعلک... او لعلك... او لعلک ...» این عوامل عبارتند از:

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

ب) کوچک شمردن حق خدا؛ مانند استخفاف به ،نماز، حجاب، خمس و ....

ت) روی برگرداندن از خدا که عبارت است از نادیده گرفتن رضا و نارضایتی او در تصمیمات خودم؛

ث) دروغ گویی در رابطه خودم با خدا قول دروغ به خدا دادن، توبه دروغ و ...؛

ج) ناشکری و ناسپاسی قلبی، زبانی و عملی؛

ح) عدم حضور در مجالس علما که مهمترین مجالس یاد خدا هستند؛

خ) انس با غافلان و اهل خدا فراموشی؛

**د) انس با مجالس بطالین و اهل لهو و لعب؛**

ذ) نفرت و ابای خدا از شنیدن صدای من؛

ر) جرم و جریره خودم؛

ز) کم حیایی در محضر خداوند؛

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

6. البته در روایات برخی اذکار و راه هایی برای حفظ و دوام سرور معنوی ارائه شده اند که از جمله مهم ترین آن ها صلوات بر محمد و آل محمد علیه و علیهم السلام است نمونه ای از این روایت عبارت است از:

مرجوم علامه مجلسی در بحارالانوار به نقل از جامع الاخبار نقل می کند: مِنْ سِرِّ آلِ مُحَمَّدٍ ص فِي الصَّلَاةَ عَلَى النَّبِيِّ وَ آلِهِ اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَ آلِ مُحَمَّدٍ فِي الْأَوَّلِينَ وَ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَ آلِ مُحَمَّدٍ فِي الْآخِرِينَ وَ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَ آلِ مُحَمَّدٍ فِي الْمَلَا الْأَعْلَى وَصَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَ آلِ مُحَمَّدٍ فِي الْمُرْسَلِينَ اللَّهُمَّ أَعْطِ مُحَمَّداً الوَسِيلَةَ وَالشَّرَفَ وَ الْفَضِيلَةَ وَ الدَّرَجَةَ الْكَبِيرَةَ اللَّهُمَّ إِنِّي آمَنْتُ بِمُحَمَّدٍ وَ آلِهِ وَ لَمْ أَرَهُ فَلَا تَحْرِمْنِي يَوْمَ الْقِيَامَةِ رُؤْيَتَهُ وَ ارْزُقْنِي صُحْبَتَهُ وَ تَوَفَّنِي عَلَى مِلَّتِهِ وَاسْقِنِي مِنْ حَوْضِهِ مَشْرَباً رَوِيّا سَائِغاً هَنِيئًا لَا أَظْمَا بَعْدَهُ أَبَداً إِنَّكَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ اللَّهُمَّ كَمَا آمَنْتُ بِمُحَمَّدٍ وَ لَمْ أَرَهُ فَعَرِّفْنِي فِي الْجِنَانِ وَجْهَهُ اللَّهُمَّ بَلِّغْ رُوحَ مُحَمَّدٍ عَنِّي تَحِيَّةً كَثِيرَةً وَ سَلَامًا فَإِنَّ مَنْ صَلَّى عَلَى النَّبِيِّ بِهَذِهِ الصَّلَوَاتِ هُدِمَتْ ذُنُوبُهُ وَ غُفِرَتْ خَطَايَاهُ وَ دَامَ سُرُورُهُ وَاسْتُجِيبَ دُعَاؤُهُ وَ أُعْطِيَ

أَمَلَهُ وَ بُسِطَ لَهُ فِي رِزْقِهِ وَ أَعِينَ عَلَى عَدُوِّهِ وَ هُيِّئَ لَهُ سَبَبُ أَنْوَاعِ يُجْعَلُ مِنْ رُفَقَاءِ نَبِيِّهِ بَيْنَ يَدَيْهِ فِي الْجِنَانِ الْأَعْلَى يَقُولُهُنَّ ثَلَاثَ مَرَّاتٍ غُدْوَةً وَ ثَلَاثًا عَشِيَّةً.

آثار و نتایج:

.1

اعتماد بیشتر به عنایت الهی و حفظ شدن از یأس در اصلاح نفس؛

.2

گرایش بیشتر جوانان به آداب و رعایت آن و پرهیز از هنجار شکنی های به ظاهر ساده و کم اهمیت؛

.3

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

هشدارها و ملاحظات:

منابع مفید:

.1

برخی ادعیه مخصوصاً ابو حمزه ثمالی مناجات شعبانیه ، دعای کمیل و مناجات خمسه عشر؛

.2

روایات مربوط به تفسیر برخی ادعیه مانند روایتی که الذُّنُوبَ الَّتِي تَهْتِكَ الْعِصَمَ را تفسیر کرده است؛

.3

نامه های عرفانی حضرت امام به فرزند عروس و برخی شاگردان خود که توسط مؤسسه تنظیم و نشر آثار ایشان، با عنوان نامه های «عرفانی» منتشر شده است.

## پیوست 4: نمونه برگ شناسایی و سازماندهی خادمین

تصویر

تصویر

پیوست 5: نمونه برگ ثبت نام معتکفین

تصویر

تصویر

تصویر

## پیوست (6): نمونه برگ توانمندی ها و علاقمندی های معتکفین

تصویر



ghaemiyeh.com