ZENDEGI - SALAM
زندگی سلام
ضمیمه روزنامه خراسان
سه‌شنبه • ۲۳ خرداد ۱۳۹۶
۱۸ رمضان ۱۴۳۸ • ۱۳ ژوئن ۲۰۱۷
۷۸۱

عکس: میثم دهقانی

به مناسبت از راه رسیدنِ شب‌های قدر، درباره راه و رسم بهره‌برداری معنوی از این شب‌ها

این شب‌های پُرقـدر...

الهام یوسفی-ماه مبارک رمضان به شب‌های قدر که می‌رسد، باری که یک سال روی شانه‌هایمان حس می‌کردیم، سنگین تر می‌شود. باری که یک سال حملش کرده ایم تا برسیم به این شب‌ها و بگذاریمش زمین و نفسی به آسودگی بکشیم. کوله باری از تنهایی‌ها ، دلتنگی‌ها ، اشک‌ها و حسرت‌ها که شانه‌های نحیف روحمان را سخت آزرده. شب‌های قدر فرصتی است تا فکر کنیم؛ به خودمان، به زمانی که از دست داده ایم و زمانی که برایمان باقی مانده است. به زندگی که چه چیزهایی به ما داده و چه چیزهایی را گرفته است. شب قدر زمان مناسبی است که فارغ از همه شلوغی‌ها و دل مشغولی‌ها ، گوشه‌ای دنج پیدا کنیم، بنشینیم در مقابل خودمان و با خودمان روبه رو شویم. امروز، ما هم می‌خواهیم به بهانه از راه رسیدن این شب‌های بزرگ، دوباره به ابعاد شب قدر بنگریم، این بار از زاویه گفتار آیت ا... شهید بهشتی و مرحوم صفایی‌حائری. بررسی معنای شب‌قدر، وظایف ما در این شب ارزشمند، مرور مفهوم تعیین سرنوشت، بررسی ویژگی‌های دعای سازنده و در نهایت، توصیه راهکارهایی برای انس بیشتر با قرآن به بهانه شب قدر، بخش‌های متنوع پرونده امروز است.

نکاتی از کتاب شب‌قدر، اثر آیت‌ا... شهید بهشتی

شب‌قدر به چه معناست؟

آیت‌ا... شهید بهشتی سخنرانی در سال ۱۳۴۴ با محوریت «شب‌قدر» داشتند که در جمع مسلمانان کشور آلمان، در مرکز اسلامی هامبورگ بیان شده و بعدها در کتابی با همین عنوان، به چاپ رسیده است. با هم به مرور بخش‌هایی از این کتاب می‌پردازیم:«در قرآن کریم در این سوره معروف که «سورة القدر» نام دارد، تعبیر شب قدر و لیلة القدر آمده است: «ما فرستادیم آن را (یعنی قرآن را) در شب قدر؛ تو چه می‌دانی شب قدر چیست؟ شب قدر از هزار ماه بهتر است. فرشتگان به همراهی روح الامین در این شب به فرمان خدا فرو می‌آیند. و امشب شب سلامت فرد و جامعه و جسم و جان و زمین و زمان است تا سپیده دم.»... حالا ما از این شب قدر چه می‌فهمیم؟ آیا از آیات قرآن اینطور فهمیده می‌شود که شب قدر شبی است که مقدرات اشخاص و مردم معین می‌شود؟ شب قدر است، یعنی شب تقدیر است؟ آن هم تقدیرات مردم و سرنوشت مردم؟ و برای چه مدتی: یک سال، کمتر، بیشتر؟ این یک احتمال در معنی کلمه قدر. احتمال دیگر در معنی کلمه قدر این است که شب قدر است، یعنی حساب‌ها روشن می‌شود، اما نه سرنوشت افراد و مردم؛ بلکه حکم قاطع هر مطلبی روشن می‌شود. چون در شب قدر قرآن کریم نازل شد ... خدا احکام حلال و حرام و بد و خوب را در قرآن کریم به صورتی قاطع و ابدی فرستاد و فرشتگان به همراه روح الامین، حامل پیام الهی بعثت و حامل کتاب الهی قرآن برای پیغمبر بودند. بنابراین شب قدر است، یعنی شبی است که اندازه و قدر هر مطلبی به صورت قاطع روشن شده است. در این معنا دیگر بحثی از سرنوشت اشخاص، چه یک شب و چه یک سال و چه یک عمر، در میان نیست. معنی سوم اینکه شاید اصلاً کلمه قدر به معنای ارزش و منزلت باشد، نه به معنای ارزیابی. یعنی ما قرآن را فرستادیم در شبی ارزنده؛ شبی که باید قدردانی شود؛ شبی که از هزار ماه بهتر است. دلیل بهتر بودن این شب از هزار ماه و دلیل قدر و منزلتش هم این است که شب بعثت پیغمبر اکرم است.

تعیین سرنوشت با محاسبه‌اعمال و طلب توفیق

[این شب] شب دعاست، شبی است که خوب است هر کسی درباره خودش و دیگران دعا کند؛ شب را به عبادت، زنده نگه دارد و شب زنده داری کند... دعاهای زیادی هم در این زمینه هست. اما هیچ عالم شیعی و غیر شیعی نگفته است که بعد از شب قدر، دیگر انسان دعا نکند. پس اینکه امشب شب تعیین مقدرات یک ساله است باید معنی و مفهوم دیگری داشته باشد که با استحباب و تأکید به دعا در شب‌ها و روزها و هر ساعتی از ساعت‌های سال کاملاً سازگار باشد. آن تفسیر و تعبیری که ما می‌توانیم برای این مطلب بکنیم این است که آدمی در دوره زندگی یک‌ساله‌اش، خوب است یک شب، دو شب، سه شب را به جنبه‌های معنوی زندگی اش و رسیدگی به خودش اختصاص بدهد. نه تنها یک مؤسسه اقتصادی در روزهای آخر سال یا اول سال نو باید کارهای جاری اش را کم بکند و به حساب سال بپردازد، بلکه یک انسان هم خوب است در دو سه شب یا دو سه روز از سال، کارهای عادی را کم بکند و به حساب خودش بپردازد. ببیند در گذشته چه کرده و در آینده چه می‌خواهد بکند. به راستی بسیار بجاست که هر انسانی چنین روزهایی در زندگی‌اش داشته باشد. شکی نیست که وقتی انسان قرار گذاشت در چند روز و شب از سال بیشتر به خودش برسد، این رسیدگی در تعیین مقدرات او، حداقل تا یک سال دیگر، تأثیر فراوان دارد. اگر من امشب، دیشب، فردا شب، چند شب، چند روز، مدتی را اختصاص دادم به اینکه به خودم برسم و ببینم در گذشته چه راهی را رفته ام، چه گناهی کرده ام، چه کار خیری کرده ام و بعد، از گناهی که کرده ام از خدا طلب مغفرت و آمرزش کنم، توبه کنم، برگردم و خواه ناخواه تصمیم بگیرم نسبت به سال آینده و نسبت به آینده ام بهتر بشوم و دیگر این گناه‌ها را مرتکب نشوم و آن‌ها را تکرار نکنم و به درگاه خدا دعا کنم و از خدا مدد بخواهم و توفیق بخواهم... اگر هیچ کس هیچ مطلبی هم نگفته بود و ما خودمان حساب می‌کردیم، می‌گفتیم بله، این دو سه شب در تعیین سرنوشت و روش و رفتار و مقدرات یک ساله من تأثیر بسزایی خواهد داشت. چون آثار روحی این بررسی و این مطالعه، این توجه، این محاسبه، این دعای به درگاه خدا بدون شک تا سال آینده که باز چنین محاسبه‌هایی تکرار خواهد شد، در روح من به طور خودآگاه و ناخودآگاه آثار ارزنده‌ای خواهد داشت. این آن مفهوم معقول دلچسبی است که من برای شب قدر، برای خودم دارم.

وظیـفه ما در شب‌قدر چیست؟

شب [قدر] فرستادن قرآن کریم و شب مبارکی است. شب پربرکتی است. شبی است که تا سپیده دم و تا صبحگاه، بر بشریت و انسانیت سلام و درود فرستاده می‌شود. شبی است که فرشتگان به همراهی روح الامین بر پیغمبر(ص) آمده اند و هر مطلبی که باید و شاید بر ایشان خوانده اند. این‌ها از قرآن به طور مسلم استنباط می‌شود؛ اما درباره بیش از این، به حساب قرآن، نه می‌توانیم بگوییم بله و نه می‌توانیم بگوییم نه... [اما] ماحصل روایات و مطالبی که علمای شیعه دارند این است که در این شب مستحب و بجاست که هر مسلمانی بیشتر وقتش را به دعا و توجه به خدا بگذراند و اگر بتواند شب را احیاء کند. احیاء کلمه عربی است که فارسی دقیق آن شب زنده داری است. خوب است هر مسلمانی در این شبها شب زنده داری کند، اما شب زنده داری به دعا، توجه به خدا، محاسبه نفس، پاک کردن دل و پاک کردن روح از آلودگی‌ها و ناپاکی‌ها . آماده کردن روح برای بهتر عمل کردن به وظایفی که خدا برای ما مقرر کرده است. این روح مطلب و خلاصه آنچه که در احادیث و کتاب‌های شیعه آمده، هست و در این زمینه دعاهای زیادی موجود است.

دعا، پناهگاه است به شرطی که...

دعا مخصوص آدم‌های درمانده و محتاج نیست. دعا مخصوص آدم‌های مشکل زده هم نیست. عالی ترین درجه دعا مال آنهایی است که از این مراحل، بالا آمده باشند و وقتی به سوی خدا می‌روند یا برای شکر و یا از شکر بالاتر، برای انس می‌روند و دل به سوی خدا دارند. بدون تردید برای کسانی که تربیتشان، اعتقادشان، عادتشان، راه دعا را به روی آن‌ها در زندگی نبسته و پیوند قلبی میان آن‌ها و میان کسی که به او دعا گویند گسسته و بریده نشده، دعا یکی از پناهگاه‌های عالی سعادت بخش در زندگی است. آن‌هایی که پناه دعا را از دست نداده اند، نعمتی بزرگ دارند که باید قدرش را بشناسند؛ ولی مبادا درباره این پناهگاه بد فکر کنیم. دعا پناهگاه پرارزشی است برای مردمی که بفهمند دعا یعنی چه و چگونه باید دعا کرد و کجا باید دعا کرد. و دعا لغزشگاه خطرناکی است برای فرد و امتی که میزان و حد دعا را نشناسد؛ کما اینکه امت ما در مورد دعا گاهی به چنین لغزشی دچار شده است. در این مورد باید یک جمله عرض کنم، و آن این است که دعا به هیچ وجه برای این نیست که دعاکننده ذره‌ای از کوشش و تلاش خودش برای رسیدن به آن مطلبی که درباره آن دعا می‌کند، خودداری کند. اگر دعاکننده‌ای دعا کرد و خودش حرکت نکرد، یا حرکت کرد ولی به اندازه کافی حرکت نکرد، انسان جاهل و نادانی است.

دعا، سرچشمه امید و ایمان

اگر امتی، اجتماعی که در لابه لای چرخ های پیچیده زندگی اجتماعی گیر افتاده و از هر سو تحت فشار است، دست به دعا بردارد و از خدا خلاص و نجات و رهایی خودش را از شرایط و مشکلات بخواهد، بسیار بجاست، بسیار خوب است؛ اما قبلاً باید از این امت پرسید آیا همه راه های عقلانی تلاش و کوشش برای نجات و اصلاح خودش را طی کرده یا نه. اگر قدمی در این راه کوتاهی کرده باشد و دعا کند، دعایی جاهلانه است و نباید منتظر اجابت باشد اما اگر فرد یا جامعه تمام تلاش های عادی را کرد ولی با تلاشش به جایی نرسید، دچار یأس و ناامیدی نشود؛ بداند و ایمان داشته باشد که دستگاه الهی از حوزه تلاش او بسی وسیع تر است و چه بسا راه های تلاش ناشناخته ای وجود داشته باشد که در آینده به رویش باز شود و مسیری تازه و نو برای تلاش و کوشش پیش پایش بگذارد.

شب تجدید عهد با قرآن و عترت

در اسلام دعا کردن نه تنها با تلاش و کوشش در راه همان مطلبی که دعا می‌کنیم، بلکه با تلاش و کوشش برای انجام همه وظایف الهی همراه است. ما که در شب‌های قدر قرآن به دست می‌گیریم، یا قرآن به سر می‌گیریم و بعد از نام خدا، اسماء مقدس پیغمبر(ص) و اهل بیت پیغمبر(ص) را به زبان می‌آوریم و به این ترتیب رو و دل به سوی خدا می‌آوریم، معنایش این است که با جدیت در عمل کردن به قرآن و اطاعت از پیغمبر(ص) و خاندان او، به سوی خدا می‌رویم و از او مدد می‌خواهیم و هدایت می‌طلبیم و او را سپاس می‌گزاریم و اگر قدر و لیاقت این را داشته باشیم، با او شب قدر مؤانست کرده، دل با خدا مأنوس می‌کنیم. من از پیش کشیدن قرآن کریم و پیغمبر و خاندان پیغمبر در شب‌های قدر و شب‌های احیاء این طور می‌فهمم که ما می‌خواهیم با قرآن و با معلمان قرآن تجدید عهد کنیم و تصمیم بگیریم به قرآن و به معلمان قرآن یعنی پیغمبر(ص) و خاندانش نزدیک تر شویم و بهتر بفهمیم آن‌ها چه گفته اند و بهتر عمل کنیم.

نکته‌ای از تفسیر سوره قدرِ مرحوم علی صفائی حائریَ

شب قدر، شب برنامه‌ریزی

[قـرآن] بایـددر شب قـدر نـازل شـود. قـدر خـدا، کـه سرمایه‌ها می‌دهد و قدر تو که سرمایه‌ها را به کار می‌اندازد. نکته این است که لیلةالقدر می‌گویند و نه یوم القدر. در دل تاریکی‌ها و در بطن حادثه‌ها ست که تو باید طرح فردا را بریزی و در طلوع فجر، همراه فرشته‌های نازل شب، قدم برداری. اشتباه ما این است که در شب مان کاری نمی‌کنیم و در شکم گرفتاری‌ها و ظلمت‌ها ، یا تسلیم تاریکی می‌شویم و یا مرثیه خوان ظلمت. و این فاجعه را در طلوع فجر می‌فهمیم و هیچ طرحی نریخته ایم... فاجعه این است که ما بیش از طرح، روی مصالح کار می‌کنیم و بیش از برنامه بر روی تشکیلات تاکید می‌کنیم. و در نتیجه با وجود مصالح عالی، بنایی نداریم و سقفی نزده ایم. آن‌ها که نقشه ندارند، کارشان در جای خودش نمی‌نشیند و این است که باید خرابش کنند و دوباره بسازند و این است که بدون طرح و بدون قدر و اندازه گیری، هر عملی به خرابکاری و کندکاری و دوباره کاری مبتلا خواهد شد.

(تطهیر با جاری قرآن، ص۱۳۰و ۱۳۱)

نکاتی برای مانوس‌تـر شدن با کلام خدا

اگرچه این روزها قرائت قرآن و اهتمام به فهم معانی و به کارگیری آن در زندگی‌ها یمان کم شده است، اما شاید شب قدر، نقطه مناسبی برای شروع بهره‌گیری از برخی راهکارهای ساده برای نزدیک تر شدن و انس بیشتر با قرآن باشد تا در جایگاه یک مسلمان، سبک زندگی قرآنی را در پیش بگیریم. در ادامه یک سری راهکار ساده و عملی برای همراهی بیشتر و بهتر با قرآن را مرور می‌کنیم.

■ **متن عربی یا ترجمه فارسی؟**

قرائت متن عربی یا ترجمه فارسی قرآن، هر کدام فضیلت و برکات خاص خود را دارد. منتها از آنجا که دین، ما را دعوت به کیفیت در اعمال می‌کند، بد نیست به جای اینکه فقط قرائت عربی قرآن را داشته باشیم یا فقط ترجمه فارسی آن را بخوانیم، مقدار کمتری از قرآن را مرور کنیم اما همراه با ترجمه و تفسیر و در پی آن تفکر و تامل. نکته بعد، مداومت بر خواندن قرآن است. مثلا خودمان را ملزم کنیم هر روز حتما بعد از نمازهای یومیه، چند آیه قرآن بخوانیم.

■ **از نرم‌افزارهای قرآنی غافل نشویم**

به لطف پیشرفت فناوری‌های نوین و سرعت و گسترشی که در پیش گرفته اند، این روزها کمتر کسی پیدا می‌شود که گوشی هوشمند نداشته باشد و وقت زیادی را با آن نگذراند. همگام با این پیشرفت‌ها ، اپلیکیشن‌های قرآنی کاربردی و جذابی طراحی و تدارک دیده شده که دسترسی به قرآن و مفاهیم آن را بیش از پیش میسر می‌کند. البته استفاده از این اپلیکیشن‌ها برای هر زمان و مکانی مناسب نیست. ولی می‌شود زمان‌هایی را که در اتوبوس، قطار و... هستیم و دسترسی به قرآن نداریم با گوش سپردن به آیات، مطالعه صرف ونحو، ترجمه و تفسیر و... تبدیل به احسن کنیم.

■ **قرارهایی از جنس معنویت**

شاید شما هم این جمله را زیاد شنیده باشید که؛ "دست خدا با جماعت است". انجام عبادات و امور معنوی به صورت جمعی و گروهی، هم به لحاظ معنوی از قدر و ارزش ویژه‌ای برخوردار است و عنایات خاص پروردگار را جلب می‌کند و هم تشویق کننده افراد دیگر برای پیوستن به جمع است. برای خواندن قرآن و مانوس تر شدن با آن، گذاشتن «قرارهای معنوی» که می‌تواند بین چند تن از دوستان یا افراد خانواده و فامیل انجام بگیرد، همت جمعی را برای پررنگ تر کردن قرآن در زندگی و عمل به آن تقویت می‌کند.