

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

مرحله‌ی آماده‌سازی فایل				
پیاده‌سازی	تصحیح و ویرایش اولیه	ذکر مأخذ	ویرایش دوم	تکمیل مأخذ و ویرایش نهایی

مبحث دستورالعمل‌ها (ص ۲۷۱ ف ۱-۶)

جلسه‌ی قبل، مقدمه‌ی نسبتاً مشروحی به استناد آیات و روایات، خدمت عزیزان عرض کردیم. ضرورت عمل [را بیان کردیم و گفتیم]، اینکه بخواهیم با گفتن‌ها، خواندن‌ها و شنیدن مطالب عرفانی، خودمان را ارضاء کنیم کار اشتباهی است؛ نیاز است به میدان عمل پای گذاشته شود. این یک نکته که به استناد آیات و روایات و با ادله‌ای خدمتتان عرض کردیم. نکته‌ی دوم هم اینکه باید کیفیت عمل مدنظرمان باشد. اینکه سرسری و بدون کیفیت و فقط برای از سر باز کردن تکلیف، عمل را انجام دهیم، به هیچ‌وجه در مسیر سلوک، کارساز نیست. باید سعی کرد عمل را تمام‌عیار انجام داد و حق عمل را به‌جا آورد و ادا کرد. نکته‌ی سوم هم که اشاره کردیم، تأکید بر مداومت و استمرار در عمل است که اگر انسان عملی را در پیش گرفت، چهار صباح انجام ندهد و بعد رها کند؛ این کار نه‌تنها تأثیرات سازنده و مثبت تعالی‌بخش عمل عبادی را در شخص به دنبال نمی‌آورد، حتی می‌تواند مشکلاتی را هم برای آینده‌ی شخص ایجاد کند. این چکیده‌ی مقدمه‌ای بود که جلسه‌ی قبل عرض کردیم و قول دادیم این جلسه وارد فرازهای این فصل شویم. از اولین فراز مبحث دستورالعمل‌ها یک‌به‌یک می‌خوانیم و اگر لازم باشد، توضیحی هم خواهیم داد.

همه‌ی ذرات عالم با خدا صحبت می‌کنند و به ما هم می‌گویند تو هم با خدا صحبت کن!

(دقیقه‌ی ۲۱:۳)

نطق و صحبت کردن، مستلزم شعور و حیات است. اینکه ما باور داریم همه‌ی ذرات عالم با خدا صحبت می‌کنند، یعنی قائل به این هستیم که ذرات عالم، حیات دارند. حالا حیات، نه به معنای حیات خاصی که در مورد جانداران تعریف کرده‌ایم؛ جمادات هم حیات، ادراک، شعور و نطق دارند. گفت:

ما سمیعیم و بصیریم و هُشیم با شما نامحرمان ما خامشیم

همه‌ی ذرات عالم، خالق و ربّ خودشان را می‌شناسند و در مقام تسبیح پروردگارشان برمی‌آیند. این یک باور بسیار مهم است که در عقاید اهل باطن وجود دارد. اهل ظاهر می‌گویند: کجا جماد می‌تواند فهم، نطق، معرفت، تسبیح و عبادت داشته باشد؟ در حالی که قرآن فرمود: **وَإِنْ مِنْ شَيْءٍ إِلَّا يُسَبِّحُ بِحَمْدِهِ** **وَ لَكِنْ لَا تَفْقَهُونَ تَسْبِيحَهُمْ**^۱ هیچ چیزی در عالم خلقت نیست، مگر اینکه تسبیح و حمد خدا را به جا می‌آورد؛ لکن شما، تسبیح آنها را درک نمی‌کنید. نقصان از ماست که قدرت درک نداریم؛ والا آنها اهل معرفتند؛ اهل شعورند؛ اهل ادراکند؛ اهل تسبیحند؛ اهل تحمیدند. **وَ كُلٌّ فِي فَلَكٍ يَسْبَحُونَ**^۲ همه‌ی کرات عالم در فلک خودشان تسبیح خدا را می‌گویند. همه‌ی ذرات عالم وجود، تسبیح‌گوی او هستند. گفت: تسبیح‌گوی او نه بنی‌آدمند و بس.

خب این واقعیت را که درک کردیم که همه‌ی ذرات عالم تسبیح‌گوی خدا هستند؛ با خدا صحبت می‌کنند؛ با خدا گفتگو می‌کنند؛ آن‌وقت باید ببینیم ما، که بشری مدعی اشرف مخلوقات بودن هستیم، آیا سزاوار است با خدای خودمان، با ربّ خودمان گفتگو نکنیم؟ صحبت نکنیم؟ اصلاً عبادت و حرکت در مسیر دین، حرکت در مسیر هماهنگی با کلّ آفرینش است. یعنی وقتی مؤمنی نماز می‌خواند، رکوع به‌جا می‌آورد، سجده می‌کند، قیام دارد، قعود دارد، تسبیح می‌گوید، تهلیل می‌گوید، تکبیر می‌گوید، تحمید می‌گوید، با کلّ جریان آفرینش، از مُلک و ملکوت عالم هماهنگ می‌شود؛ چون

۱. سوره‌ی اسراء، آیه‌ی ۴۴.

۲. سوره‌ی انبیاء، آیه‌ی ۳۳.

همه‌ی عالم در مسیر تسبیح حضرت حق حرکت می‌کنند. انسانی که تسبیح‌گو نیست، یک عنصر ناهماهنگ با نظام آفرینش است؛ لذا کلّ نظام آفرینش هم با او به مخاصمه برمی‌خیزند. کسی که اهل تسبیح نیست، اهل ذکر نیست، همه‌ی عالم با او به مخاصمه برمی‌خیزند؛ چون درست در مسیر مقابل و مخالف حرکت می‌کند.

حالا که همه‌ی ذرات عالم با خدای متعال صحبت می‌کنند، ما، که خدا بیش از همه‌ی موجودات جهان خلقت، به ما لطف و عنایت کرده است، ظرفیت، استعداد و توان داده است، احسان و انعام کرده است، با خدای خودمان حرف بزنیم؟ با همه حرف بزنیم جز با خدا؟ لذا همین حرکتی که در کلّ آفرینش است و همه‌ی ذرات عالم وجود با خدا حرف می‌زنند، خود این حرکت با ما حرف می‌زند؛ یعنی آنها دارند می‌گویند تو هم بیا با ما همراه و هماهنگ شو! تو هم بیا با خدای خودت صحبت کن! اهل گفتگوی با خدا باش! ان شاء الله طوری نشود که ما، جز خدا، با همه بزنیم. با خودمان حرف بزنیم؛ با خلق حرف بزنیم؛ اما خدای ناکرده با خدای خودمان بیگانه باشیم و باب گفتگو بین ما باز نشده باشد. خب حالا این قاعده و اصل کلی است. ان شاء الله روزی برسد که اصلاً ما با غیر خدا حرف نزنیم. نقطه‌ی آغازش این است که می‌گوییم بیا کمی با خدا حرف بزن! حالا با خلق حرف می‌زنی، با خودت حرف می‌زنی، کمی هم با خدا حرف بزن! اما انتهای این راه چیست؟ جایی است که دیگر جز با خدا حرف نمی‌زنی. هرچه می‌گویی، داری به خدا می‌گویی. هرچه هم می‌شنوی، از خدا می‌شنوی. به آن نقطه می‌رسی؛ با خلق کاری نداری. به تعبیر آن بزرگوار که گفت: من عمری با خدا حرف می‌زدم، خلق فکر می‌کردند من دارم با آنها حرف می‌زنم. به خدا می‌گویدی؛ از خدا می‌شنودی. همان‌طور که به خدا می‌دهد؛ از خدا می‌گیرد. او خلقی نمی‌بیند. خلق را جلوه‌های خدا می‌بیند. او با خدا حرف می‌زند.

گفت:

یعنی به جهان غیر خدا هیچ ندیدند

مردان خدا پرده‌ی پندار دریدند

هر دست که دادند همان دست گرفتند هر نکته که گفتند همان نکته شنیدند

غیر خدایی نمی بینند. لذا آنها با خدا می گویند؛ از خدا می شنوند. انتهای راه این طوری می شود؛ ولی ابتدای راه، اقلأً این است که بیاییم کمی هم با خدا حرف بزنیم. حالا با همه‌ی خلق حرف می زنیم، کمی هم بیاییم با خدا حرف بزنیم. بیاییم از الحاد، به شرک وارد شویم. ملحد، کسی است که اصلاً خدایی نمی بیند. مشرک، چیزهای دیگر را هم می بیند؛ خدا را هم می بیند. اقلأً بیاییم مشرک شویم. همه‌ی انبیاء علیهم السلام آمدند، گفتند بیایید دست از شرک بردارید؛ با شرک مبارزه کردند. حالا من می خواهم شما را دعوت کنم به اینکه بیایید بالاغیرتاً کمی مشرک شوید. یعنی کمی هم برای خدا سهمی بگذاریم؛ همه‌اش برای خلق؟ کمی برای خدا سهم قائل شویم تا ان شاء الله کلّ سهم را خود صاحب حق تصاحب کند. در این راه هم که شروع کردی، کمی باب گفتگو را باز کردی، آن وقت کم کم آن قدر از این گفتگو لذت می ببری که دیگر از گفتگوی با خلق خلاص می شوی و به گفتگوی او مشغول می شوی. تا به جایی برسی که دیگر اصلاً خلقی نبینی؛ هرچه می گویی، به خدا بگویی؛ هرچه هم می شنوی، از خدا می شنوی. ان شاء الله این طوری باشد.

* در شبانه روز، ترجیحاً دل شب، ده دقیقه‌ای با خدا خلوت کن. وضو بگیر و سر سجّادات بنشین و به خداوند عرض کن به دیدار شما آمده‌ام. اگر خطاهایت و افکار دنیوی به ذهنت آمد، چند بار استغفار کن، برطرف می شود و فضای دلت خلوت و روشن می شود. آنگاه صلوات بفرست تا نورش بیشتر شود. اگر بر این کار مداومت نمایی، این ده دقیقه همه‌ی اوقات شبانه روزت را خواهد گرفت. (دقیقه‌ی ۱۰:۴۷)

در شبانه روز، ترجیحاً دل شب، بارها خدمت عزیزان عرض کرده‌ام که در شب، فضای عالم خیلی لطیف می شود. اهل طبیعت، فرق شب و روز را در روشنایی و تاریکی می بینند؛ لذا تصوّر می کنند اگر چند نورافکن قوی در شب روشن کنیم، دیگر روز می شود و هیچ فرقی ندارد؛ اما اهل بصیرت می دانند

که شب، حسابش با روز، زمین تا آسمان فرق می‌کند. فضای عالم در شب، خصوصاً در ثلث آخر، خیلی لطیف می‌شود و فاصله‌ی بین آسمان و زمین آن قدر کوتاه می‌شود که خدا می‌داند چقدر زمینه برای پروازهای بلند ملکوتی مستعد است. آنهایی که اهل سحرخیزی هستند، چشیده‌اند که چه خبر است. حتی اهل ظاهر، اگر کمی فکر کنند، می‌دانند که شرایط شب، برای تمرکز توجه به عالم معنا مستعدتر است.

در روز، طبیعتاً روشنایی سبب می‌شود که انسان صحنه‌ها و افراد را ببیند و همین دیدنی‌ها، بخشی از حواس انسان را مشغول خودش می‌کند. سروصدایی که در روز برقرار است، گفتگوها، آمدوشدها، سروصداهای دیگر، بخشی از حواس انسان را از راه گوش، مشغول شنیدنی‌ها می‌کند. فعالیت‌های روزانه، فعالیت‌های شغلی، درس خواندن، آمدوشد، دید و بازدید، گفتگوها، مراوده‌ها، خریدوفروش‌ها، اینها هم بخش دیگری از حواس انسان را مشغول خودش می‌کند. طبیعی است که امکان آن تمرکز نیست. اما در دل شب چه؟ دل شب، اولاً تاریک است، دیگر دیدنی‌ها دیده نمی‌شود که از راه چشم، بخشی از حواسمان مشغول شود. همه خوابیده‌اند. آنهایی هم که حرف می‌زدند، سروصدا ایجاد می‌کردند، خوابیده‌اند. سکوت حاکم است؛ پس گوشمان هم ما را مشغول نمی‌کند. فعالیت‌های روزانه هم تمام شده است. کار اداری یا کسب و کار و امثال اینها هم که دیگر شب‌ها نیست. خوب است فرد، اول شب بخوابد. حسنش این است که وقتی دست از کار کشید، هنوز مقداری از فکر و ذهنش مشغول کاری است که می‌کرد؛ اما وقتی سه چهار ساعت خوابید، هیجان و فعالیت‌های ذهنی و فکری هم آرام می‌شود. لذا وقتی در دل سحر بیدار می‌شود، هم خستگی بدن فرو نشسته، هم درگیری‌های ذهنی خاموش، آرام و ساکت شده است. ببینید! حتی عوامل ظاهری‌یی که برایتان عرض کردم، نشان می‌دهد که دل سحر، شرایط آماده‌تری برای پروازهای معنوی است. در دل شب، [شرایط] برای آن پروازهای معنوی خیلی آماده‌تر است. گفت:

شب خیز که عاشقان به شب راز کنند گرد بر و بام دوست پرواز کنند

هر در که به هر کجاست شب بر بندند الا در دوست را که شب باز کنند

بنابراین اگر می‌خواهی بنشینی، با خدا حرف بزنی، شب مناسب‌تر است. این‌طور نیست که در روز نشود؛ روز هم خدا هست؛ اما تو حواست پرت است. تو کمتر تمرکز داری. اما شب، فضای عالم مستعدتر است؛ لطیف‌تر است. ملائکه در دل شب، در فضای عالم موج می‌زنند؛ روزها به آن شدت نیست؛ لذا شب خیلی مستعدتر است. لذا فرمود: **در شبانه‌روز ترجیحاً دل شب، ده دقیقه‌ای با خدا خلوت کن. وضو بگیر و سر سجاده‌ات بنشین و به خداوند عرض کن، به دیدار شما آمده‌ام.** این غیر آن است که بنشینی دعا، قرآن و نماز شب بخوانی؛ آنها حسابش جداست. این یک چیز خاص است. هیچ کاری نکن! هیچ دعایی، ذکر نخوان! آنها را ان‌شاءالله انجام داده‌ای دیگر یا بعداً می‌خواهی انجام بدهی. الان فعلاً بگو خدایا دلم تنگ شده! آمده‌ام ده دقیقه کنار شما بنشینم. آمده‌ام دیدن شما؛ آمده‌ام زیارت شما؛ آمده‌ام دقیقه‌ای پهلوی شما بنشینم. این‌طوری انسان با خدای متعال خلوت کند. مگر غیر از این است که اهل کمال می‌خواهند روز قیامت کنار خدا بنشینند؛ **فی مَقْعَدِ صِدْقٍ عِنْدَ مَلِكٍ مُّقْتَدِرٍ**؛^۳ خب آن نشستن را باید از حالا تمرین کرد دیگر. از حالا باید نشستن **عِنْدَ مَلِكٍ مُّقْتَدِرٍ** را تمرین کرد. انسان در محضر پروردگار بنشیند. اینجا تمرین کنیم، تا بتوانیم آنجا درست بنشینیم و اگر اینجا تمرین کنیم، دیگر آنجایی وجود ندارد؛ همین‌جا **فی مَقْعَدِ صِدْقٍ عِنْدَ مَلِكٍ مُّقْتَدِرٍ** می‌شود. یعنی همان در دل سحر که نشستنی، پرده کنار می‌رود؛ می‌بینی در محضر پروردگارت هستی؛ هیچ خبری از این ظواهر عالم نیست؛ **فی مَقْعَدِ صِدْقٍ عِنْدَ مَلِكٍ مُّقْتَدِرٍ**.

پس وضو بگیر و سر سجاده‌ات بنشین و به خدا عرض کن آمده‌ام ده دقیقه کنار شما بنشینم. خب خدا که هست دیگر؛ در این شک نداریم که خدا هست؛ خدا همه‌جا هست. بگو خدایا

۳. سوره‌ی قمر، آیه‌ی ۵۵.

ده دقیقه بنشینم خدمت شما، خستگیم در رود. آمده‌ام دیدن شما. اگر خطاها و افکار دنیوی به ذهنت آمد، چندبار استغفار کن، برطرف می‌شود. چون بعضی‌ها می‌گویند همین که می‌نشینیم، یاد خلاف‌هایمان می‌افتیم یا خطورات ذهنی بدی به ذهنمان می‌آید؛ لذا از این نشست‌ها فرار می‌کنند. عیبی ندارد، بگذار آن خطورات بیاید. خطورات که آمد، استغفار کن! با استغفار، پاک می‌شود؛ می‌روند. یعنی آن آلودگی‌هایی که بیرون می‌زند، ظاهر می‌شود، جنجال و شلوغی در وجود انسان است؛ نه قشنگی‌هایش معلوم است و نه زشتی‌هایش. وقتی آرام نشستی، ممکن است اول زشتی‌ها نشان داده شود؛ خب لجن‌ها را از روی آب می‌گیری و بیرون می‌ریزی. استغفار می‌کنی، تمام می‌شود. **اَلْاُمْسُ تَغْفِرُ**، یعنی کسی که پیش پروردگارش استغفار می‌کند، آلودگی‌هایش می‌رود. توبه که می‌کند، **التَّوْبَةُ تُطَهِّرُ الْقُلُوبَ وَ تَغْسِلُ الذُّنُوبَ**:^۴ توبه انسان را از نجاست گناه تطهیر می‌کند.

در بحث استغفار، مفصل عرض کرده‌ام قلب انسان را پاک می‌کند؛ شست‌وشو می‌دهد. **التَّائِبُ مِنَ الذَّنْبِ كَمَنْ لَا ذَنْبَ لَهُ**.^۵ پس اگر این خطورات بد آمد، یاد گناهانت یا کارهای زشت و امثال اینها افتادی، چند بار استغفار می‌کنی، می‌رود. وقتی این آلودگی‌ها و زشتی‌ها رفت، آن وقت تمیزی‌ها ظاهر می‌شود؛ زیبایی‌ها ظاهر می‌شود؛ نور ظاهر می‌شود. حالا وقتی نور ظاهر شد، چه کار کنی؟ **اگر خطاهایت و افکار دنیوی به ذهنت آمد، چند بار استغفار کن، برطرف می‌شود و فضای دلت خلوت و روشن می‌شود.** آن‌گاه صلوات بفرست تا نورش بیشتر شود. صلوات بفرست تا نور بیشتر شود. حالا که خلوت شد، روشنایی و نوری در قلبت دیدی، با صلوات می‌توانی کاری کنی که آن نور در وجودت عظیم‌تر و گسترده‌تر شود؛ همه‌ی فضای وجودت را بگیرد. نور همه‌ی محیط اطرافت را بگیرد.

۴. تمیمی آمدی، غررالحکم، ص ۷۳ و محدث‌نوری، مستدرک‌الوسائل، ج ۱۲، ص ۱۲۹.

۵. کلینی، کافی، ج ۲، ص ۴۳۵؛ ابن‌ابی‌الحدید، شرح‌نهج‌البلاغه، ج ۱۱، ص ۱۸۱ و مجلسی، بحارالانوار، ج ۶، ص ۲۱.

اگر بر این کار مداومت نمایی، این ده دقیقه، همه‌ی اوقات شبانه‌روزت را خواهد گرفت. مهم این مداومت است.

نقل شده است یکی از علمای نجف، که آن بزرگوار رضوان‌الله‌علیه، اصالتاً تبریزی بود، بعد از سال‌ها درس خواندن در نجف، وقتی فقیه کاملی شد، تصمیم گرفت به ایران برگردد و در شهر خودش به کار تبلیغ دین مشغول شود. در زمان مرحوم آیت‌الله‌العظمی شیرازی بزرگ بود؛ همان بزرگواری که وقتی میرزای شیرازی، فتوای تحریم تنباکو را دادند، خدمت آن بزرگوار رفت و گفت: من قصد برگشتن دارم، آمده‌ام خدمت شما خداحافظی کنم؛ منتها دلم می‌خواهد شما توشه‌ی سفری به من بدهید، یعنی نکته‌ای به من بگویید. آیت‌الله شیرازی هم دید که ایشان یک فقیه مجتهد درس‌خوانده است، معنی ندارد حکم فقهی به او یاد بدهد یا یک روایت برایش بخواند؛ همه‌ی اینها را در طول سال‌ها، در نجف خوانده است. لذا ایشان گفت: چیزی به شما می‌گویم، این را مراعات کن! وقتی به تبریز برگشتی، در هر شبانه‌روز، ده دقیقه با خدا خلوت کن! پهلوی خدا بنشین! نه قرآن بخوان، نه دعا بخوان، نه نماز بخوان، نه ذکر بگو! هیچ، در محضر خدا بنشین! این توصیه‌ی من است. او هم تشکر کرد و به تبریز بازگشت.

چند سال بعد، تعدادی از مردم تبریز به قصد زیارت، عازم عتبات شدند. نجف به زیارت امیرالمؤمنین علیه‌السلام آمدند و پیش مرجع وقتشان هم رفتند که دیداری با ایشان داشته باشند. شاید وجوهاتی هم آورده بودند که تقدیم کنند، یا نه، به‌رحال خدمت ایشان رفتند و گفتند: ما تعدادی از مقلدین شما هستیم و از تبریز برای زیارت مشرف شده‌ایم؛ حالا هم برای دیدار شما آمده‌ایم. تا گفتند از تبریز آمده‌ایم، آیت‌الله‌العظمی شیرازی یاد رفیقی افتاد که چند سال قبل از نجف به تبریز بازگشت؛ سراغ او را گرفت. گفت: فلانی را می‌شناسید؟ گفتند: بله آقا؛ عالم بزرگ شهر ماست. پرسید: خبری از او دارید؟ گفتند: اتفاقاً ما که می‌خواستیم برای سفر زیارت مشرف شویم، از او هم خداحافظی کردیم، ایشان به ما گفت که سلامش را خدمت شما برسانیم. آیت‌الله‌العظمی شیرازی پرسیدند که برای من

پیغامی نداد؟ گفتند که چرا، گفتند خدمت شما عرض کنیم که آن ده دقیقه، تمام بیست و چهار ساعت را گرفت؛ تمام بیست و چهار ساعت را. در خواب و بیداری، فقط در محضر خدا هستیم؛ غیری نمی‌بینم؛ تنهایی با خدا خلوت کرده‌ام. در جمع و تنهایی فرقی نمی‌کند، همه جا با او هستیم و اصلاً غیر او نمی‌بینم. با او حرف می‌زنم؛ از او می‌شنوم؛ به او می‌دهم؛ از او می‌گیرم؛ تنها سر و کارم با اوست.

وقتی پایداری کرد، همان ده دقیقه، همه‌ی بیست و چهار ساعت را گرفت. لذا دل در کار مولا، دست در کار دنیا. ظاهرش دارد فعالیت‌های دنیوی می‌کند؛ حالا او عالم بوده، مثلاً امام جماعتی می‌کرده، درس طلبگی می‌داده، مسئله‌ی شرعی به مردم توضیح می‌داده؛ این ظاهرش. اما در دلش، دائماً خدا حضور دارد. یعنی به آن خلوت، ذره‌ای لطمه نمی‌خورد. اتفاقاً آنهایی که به این خلوت راه پیدا کرده‌اند، هرچه اطرافشان شلوغ‌تر شود، خلوت آنها قشنگ‌تر است. فکر نکنید که آنها با جمعیت، خلوتشان آسیب می‌بیند؛ نه، اتفاقاً هرچه شلوغ‌تر باشد، خلوتشان بزرگ‌تر و قشنگ‌تر است. بله، اوایل امر، انسان باید تمرین خلوت کند؛ لذا دیدید اینجا توصیه شد که فرد ده دقیقه با خدا خلوت کند؛ یعنی سرش را خلوت کند. حالا خصوصاً نصف شب که کسی هم نیست به انسان مراجعه کند، انسان کاری هم ندارد که انجام دهد، واقعاً با خدا خلوت کند.

در آغاز راه، خلوت ظاهری هم لازم است. طوری نباشد که بیست و چهار ساعته با خلق خدا مشغول باشیم! حیف است! بالاخره، وقتی هم، برای خودمان و خدا بگذاریم. یادمان است، خیلی سال پیش بود، برای مدیرهای عالی‌رتبه در دستگاه دولتی درس می‌دادم. به آنها گفتم: به رئیس دفترتان بگویید شما که هر روز برای ملاقات‌کننده‌ها وقت ملاقات می‌دهید، مثلاً ده دقیقه هم وقت ملاقات برای خدا بگذارید. این خلوت ظاهری، اول لازم است. همه‌اش با خلق مشغول نباش! نمی‌گوییم از آن ور هم بپریم و تارک دنیا شویم. نه! بریدن از دل جامعه، اشتباه بزرگی است. **كُنْ فِي النَّاسِ وَ لَا تَكُنْ**

مَعَهُمْ:^۶ داخل مردم باش، اما همراه مردم نباش! همراه خطاها، غفلت‌ها، معصیت‌ها و زشتی‌های مردم نباش! اما بین مردم باش! گفت:

در میان جمع باش و فرد باش گر همه نامردمند تو مرد باش
نه، تارک دنیا شدن و رهبانیت نداریم؛ **لَا رَهْبَانِيَّةَ فِي الْإِسْلَامِ**.^۷ اما همان طور که رهبانیت نداریم، اینکه صددرصد وقتت را هم مشغول دیگران شوی، درست نیست. وقتی برای تنهایی خودت بگذار که بین خودت و خدا خلوت کنی! ما اگر خلوتی هم گیرمان می‌آید، سعی می‌کنیم آن خلوت را بکشیم؛ رادیو یا تلویزیون روشن می‌کنیم، لپ‌تاپمان را باز می‌کنیم، طوری خودمان را مشغول می‌کنیم، سر خودمان را گرم کنیم تا وقتمان را بگذرانیم. حتی در خیابان که راه می‌رویم، برای اینکه نکند به خودمان و خدا بیندیشیم، همیشه چیزی در گوشمان است و آواز می‌شنویم. به‌رحال این خلوت با خدای متعال خیلی چیز بزرگی است و اگر انسان مداومت کند، بیست و چهار ساعت او را می‌گیرد. دیگر دائماً درون خودش مشغول گفتگوی با خداست و آن خلوت لطیف و نورانی را دائماً در باطنش دارد.

* هر وقت فکر کردی و از خودت زشتی دیدی، استغفار کن؛ زشتی را پاک می‌کند. وقتی زیبایی دیدی، بر پیامبر و آلش صلوات بفرست؛ زیبایی را زیاد می‌کند. (دقیقه‌ی ۴۲:۲۶)

البته اگر زشتی دیدی، **فَمِنْ نَفْسِكَ**؛^۸ هر وقت زیبایی دیدی، **فَمِنْ اللَّهِ**. این را یادمان است دیگر. دقت کردید! **وَ مَا أَصَابَكُمْ مِنْ مُصِيبَةٍ فِيمَا كَسَبَتْ آيَاتِكُمْ**؛^۹ درست است؟ **فِيمَا كَسَبَتْ آيَاتِكُمْ**؛ **مَا أَصَابَكَ مِنْ حَسَنَةٍ**

۶... فَأَلْكَابَ وَ أَهْلَهُ فِي ذَلِكَ الزَّمَانِ فِي النَّاسِ وَ لَيْسَا فِيهِمْ، وَ مَعَهُمْ وَ لَيْسَا مَعَهُمْ...: کلینی، کافی، ج ۸، ص ۳۳۸؛ سیّدرضی،

نهج البلاغه، ص ۲۰۵ و مجلسی، بحارالانوار، ج ۳۴، ص ۲۳۳.

۷. مجلسی، بحارالانوار، ج ۶۵، ص ۳۱۹؛ فیض کاشانی، وافی، ج ۷، ص ۴۹۹ و محدث‌نوری، مستدرک‌الوسائل، ج ۱۴، ص ۱۵۵.

۸. سوره‌ی نساء، آیه‌ی ۷۹.

۹. سوره‌ی شوری، آیه‌ی ۳۰.

فَمِنْ اللَّهِ وَ مَا أَصَابَكَ مِنْ سَيِّئَةٍ فَمِنْ نَفْسِكَ.^{۱۰} خب آنهایی که از نفس ماست، با استغفار پاک می‌شود. ان شاء الله آن قدر استغفارها عمیق شود که خود نفس هم برود. چون نفس، سرچشمه‌ی همه‌ی سیئات است. خود نفس، اعداءِ عدو انسان است.^{۱۱} گفت:

مادر بتها بت نفس شماست زآنکه آن بت مار و این بت اژدهاست
لذا آن استغفار اصلی را باید از نفس کرد. از همین منیّتی که نسبت به آن احساس وجود دارید؛ از آن باید استغفار کرد. ولی حالا فعلاً از رفتارها، از گفتارها، از اخلاق، از افکار، اینها که آثار نفس است، استغفار می‌کند تا کم کم از نفس هم استغفار کند. این از زشتی‌ها؛ زیبایی‌ها هم که مال من نیست. **ما أَصَابَكَ مِنْ حَسَنَةٍ فَمِنْ اللَّهِ؛** اگر فعل خوبی دارم، اگر خلق خوبی دارم، اگر روحیه‌ی قشنگی دارم، اگر افکار زیبایی دارم، اگر عقاید صحیح و راسخ و مستحکمی دارم، هرچه دارم، اینها مال من نیست که مال خداست؛ **وَ مِنْ اللَّهِ** است. حالا همان طور که استغفار، زشتی‌ها را پاک می‌کرد، صلوات، زیبایی‌ها را گسترده می‌کند، عظیم می‌کند.

* اینکه به مستحباتی چون غسل جمعه و نماز شب و امثال آن زیاد سفارش نمی‌کنم، به خاطر عظمت و شرافت آنهاست و برای این است که آنها را سبک‌شماری و برای تو عادی نشود. اصلاً مستحبات را به خاطر بزرگیشان اختیاری کرده‌اند. (دقیقه‌ی ۲۹:۰۷)

قبل از اینکه این جمله را توضیح دهم، چند روایت مربوط به بحث قبلی که فراموش کردم، بخوانم. همه‌ی آنها حدیث قدسی هستند؛ کلام خدا هستند. در اوّل ماه رجب، ملکی می‌آید و دعوت می‌کند.

۱۰. سوره‌ی نساء، آیه‌ی ۷۹.

۱۱. **أَعْدَىٰ عَدُوِّكَ نَفْسُكَ الَّتِي بَيْنَ جَنْبَيْكَ:** ورام بن ابي فراس، مجموعه ورام، ج ۱، ص ۵۹؛ ابن ابی‌جمهور، عوالی اللئالی، ج ۴، ص ۱۱۸

و مجلسی، بحار الانوار، ج ۶۷، ص ۶۴

در جملاتی که مَلَكِ داعی از جانب خدای متعال بیان می‌کند، این بود: **أَنَا جَلِيسٌ مِّنْ جَالَسَتِي**:^{۱۲} هرکس با من بنشیند، من خدا با او می‌نشینم. خودِ خدا با او می‌نشیند. آنجا بزرگی و کوچکی را مراعات نمی‌کند. گفت: **مَا لِلتُّرَابِ وَ رَبِّ الْأَرْيَابِ**:^{۱۳} خاک را چه به عالم پاک؟ من بنده‌ی یکپارچه ضعف و فقر و نیستی و کاستی و آلودگی کجا! و تو خدای عظیم، هستی بی‌کرانه و مطلق، خوبی یکپارچه، تو کجا! آنجا با همه‌ی عظمتش می‌آید می‌نشیند. گفت:

بنازم به بزم محبت که آنجا گدایی به شاهی مقابل نشیند

أَنَا جَلِيسٌ مِّنْ جَالَسَتِي. در حدیث قدسی دیگری، خدای متعال به موسی عليه السلام فرمود: **أَنَا جَلِيسٌ مِّنْ ذَكَرْتِي**:^{۱۴} هرکس مرا یاد کند، همنشین او می‌شوم. در حدیث قدسی دیگری آمده است: **أَنَا جَلِيسٌ مِّنْ ذَكَرْتِي وَ مُجِبٌ مِّنْ أَحَبَّتِي وَ مُطِيعٌ مِّنْ أَطَاعْتِي وَ مُجِيبٌ مِّنْ دَعَانِي وَ غَافِرٌ مِّنْ اسْتَعْفَرْتَنِي**:^{۱۵} هرکس با من بنشیند، من خدا با او می‌نشینم. هرکس من را دوست بدارد، من هم عاشق او می‌شوم؛ دوستدار او می‌شوم. هرکس از من فرمان ببرد، مطیع من شود، من خدا مطیع و فرمانبر او می‌شوم. پناه به خدا! این حرف‌ها یعنی چه؟ **وَ مُطِيعٌ مِّنْ أَطَاعْتِي**: من مطیع بنده‌ای می‌شوم که مطیع من باشد. **وَ مُجِيبٌ مِّنْ دَعَانِي**: هرکس من را به خانه‌ی دلش دعوت کند، دعوت او را اجابت می‌کنم؛ مهمان او می‌شوم. هرکس من را صدا زند، جواب او را می‌دهم. **وَ غَافِرٌ مِّنْ اسْتَعْفَرْتَنِي**: و هرکس از من طلب مغفرت و بخشش کند، او را می‌بخشم؛

۱۲. سیّدین طاووس، اقبال الاعمال، ج ۲، ص ۶۲۸؛ محدث نوری، مستدرک الوسائل، ج ۷، ص ۵۳۵ و مجلسی، بحار الانوار، ج ۹۵، ص ۳۷۷.

۱۳. از سخنان اهل معرفت است.

۱۴. صدوق، من لایحضره الفقیه، ج ۱، ص ۲۹؛ کلینی، کافی، ج ۲، ص ۴۹۶ و مجلسی، بحار الانوار، ج ۳، ص ۳۲۹.

۱۵. محدث نوری، مستدرک الوسائل، ج ۵، ص ۲۸۶.

بخشنده‌ی او هستیم. حدیث قدسی دیگر: **أَنَا مَعَ عَبْدِي إِذَا ذَكَرَنِي**:^{۱۶} من مَعَ بنده‌ی خود هستیم. این مَعَ خدا می‌داند چقدر نزدیک است! نه این است که کنار دستش هستیم؛ این معیت، خیلی بلند است؛ خیلی بلند است. مَعَ او هستیم؛ ذره‌ذره‌ی وجود او، مَعَ او هستیم. **وَهُوَ مَعَكُمْ أَيْنَ مَا كُنْتُمْ**.^{۱۷} این معیت قیومیّه، این معیتی که اصلاً قابل‌توصیف نیست یعنی چه. در هر ذره‌ی وجود ما، هستی او مقدّم است بر هستی آن ذره. حضور او، مقدّم است بر حضور آن ذره‌ی وجود ما. **أَنَا مَعَ عَبْدِي إِذَا ذَكَرَنِي**: بنده‌ی من وقتی من را یاد می‌کند، من مَعَ او هستیم؛ با او هستیم.

گفتم به کام وصلت خواهیم رسید روزی گفتا که نیک بنگر شاید رسیده باشی
این معیت است. لذا وقتی در دل شب نشستی، حالا روز هم شد، در روز هم هست. حالا اگر اهل شب شدی ان‌شاءالله، نشستی، آن حقیقت مَعَ توست. می‌بینی هستی او آمد، طوری تو را احاطه کرد که اصلاً خودت نماندی؛ خود او سر سجّاده نشسته است؛ خود او است که نشسته. اگر تسبیح بگویی، اوست که تسبیح خودش را می‌گوید. تویی دیگر نماند. هستی او آمد همه‌ی وجودت را گرفت. اگر حمد کنی، خود اوست که دارد حمد خودش را می‌گوید. اگر تهلیل کنی، خود اوست که دارد خودش را تهلیل می‌کند. تکبیر بگویی، خود اوست که دارد برای خودش تکبیر می‌گوید.

فرمود: اینکه به مستحباتی چون غسل جمعه و نماز شب و امثال آن زیاد سفارش نمی‌کنم به خاطر عظمت و شرافت آنهاست و برای این است که آنها را سبک‌شماری و برای تو عادی نشود. اصلاً مستحبات را به خاطر بزرگیشان اختیاری کرده‌اند. خب مستحبات، یک عظمت فوق‌العاده‌ای دارند. واجبات، عمومی است. همه‌ی خلق باید از آن بهره‌گیرند. امّا مستحبات، مال

۱۶. محدث‌نوری، مستدرک‌الوسائل، ج ۵، ص ۲۹۸؛ با اندکی تفاوت: صدرالدین شیرازی، شرح اصول کافی، ج ۱، ص ۴۸۸ و

حرعاملی، الجواهرالسنّة فی الاحادیث القدسیّة، ص ۳۲۹.

۱۷. سوره‌ی حدید، آیه‌ی ۴.

خصّیصین است؛ مال برجسته‌هاست. یک فضای اختصاصی است. در کتاب *شراب‌طهور*، در بحث عبادت، این را مفصّل نوشته‌ام.^{۱۸} مثال زده‌ام، بدن شما به غذایی که حیات جسمتان به آن وابسته است، به غذا، آب و اکسیژن، نیاز دارد. اگر کمتر از حدّ اقلّی به شما موادّ غذایی، آب و اکسیژن برسد، بدن شما می‌میرد. لذا آن حدّ اقلّی، برای بقای شما واجب است. روح انسان هم برای اینکه زنده بماند، به یک حدّ اقلّی غذای روحانی محتاج است. واجبات، همان حدّ اقلّی غذای روح است که اگر به روح انسان نرسد، روح انسان می‌میرد؛ دل انسان می‌میرد. منتها همان‌طور که اگر شما به بدنتان آن حدّ اقلّی غذا و آب و اکسیژن را رساندید، درست است این بدن زنده است و نمرده است، امّا یقیناً عضلات به هم پیچیده و بدن قوی و تنومندی که ندارید؛ نه، بدنی رنجور و لاغر، امّا زنده دارید. اگر بدنی قوی، شاداب و توانا می‌خواهید، باید غذا، ویتامین و پروتئین بیشتری به خودتان برسانید. حالا روح انسان هم همین‌طور است. روح انسان برای اینکه زنده بماند، دل انسان برای اینکه زنده بماند، به آن حدّ اقلّی‌ها که شده واجبات، محتاج است. امّا یقیناً با این حدّ اقلّی، روح به بلندای کمال نائل نمی‌شود. برای اینکه انسان روح توانمند و متعالی پیدا کند، باید غذایی بیشتر از واجبات به روح خودش برساند. غذای بیشتر روح و دل انسان، مستحبات است. دقت کردید؟

حدیث قُرب نوافل را بارها برای عزیزان خوانده‌ام؛ خدای متعال فرمودند، حدیث قدسی است، فرمود: **وَ مَا تَقَرَّبَ إِلَيَّ عَبْدٌ بِشَيْءٍ أَحَبَّ إِلَيَّ مِنْهُ إِلَّا مِمَّا افْتَرَضْتُ عَلَيْهِ**: بنده‌ی من به وسیله‌ی هیچ‌چیز به‌سوی من خدا تقرّب نمی‌جوید که آن چیز محبوب‌تر از واجباتی باشد که برای او مقرر کرده‌ام. پس محبوب‌ترین عمل نزد خدا، که با انجام آن عمل می‌شود به خدا نزدیک شد و تقرّب جست، واجبات است. **وَ إِنَّهُ لَيَتَقَرَّبُ إِلَيَّ بِالنَّافِلَةِ حَتَّى أُحِبَّهُ**: حالا که واجباتش را انجام داد، حالا این بنده با نوافل، با مستحبات، به‌سوی من تقرّب می‌جوید، تا کار به جایی می‌رسد که اوّل این بنده محبّ بود و من محبوب، بعداً من

۱۸. طیب، مهدی، *شراب‌طهور*، ص ۲۶۷.

محبّ می‌شوم و این بنده محبوب. یعنی این بنده از مرتبه‌ی محبّی به مرتبه‌ی محبوبی، از مرتبه‌ی عاشقی به مرتبه‌ی معشوقی نائل شد؛ معشوق و محبوب خدا شد. خدا عاشق و محبّ او شد. خب رسیدن به این مرتبه، فقط با [انجام] واجبات نمی‌شود. فرمود وقتی که این‌طوری شد، با انجام مستحبات محبوب من شد، **فَإِذَا أَحْبَبْتُهُ كُنْتُ سَمْعَهُ الَّذِي يَسْمَعُ بِهِ**: وقتی من خدا دوستدار او شدم، من خدا گوش این عبد می‌شوم که این عبد با آن [گوش] می‌شنود. حالا خدایی که سمیع است، گوش او شد؛ دیگر هیچ‌چیزی در مُلک و ملکوت عالم هست که او نشنود؟ **وَ بَصَرَهُ الَّذِي يُبْصِرُ بِهِ**: من خدا چشم این بنده می‌شوم که این بنده با آن چشم می‌بیند. خدایی که بصیر است، چشم این بنده شد.

حالا هیچ‌چیزی در ملک و ملکوت عالم قابل‌تصوّر است که این بنده نبیند؟ او دارد با عین‌الله نگاه می‌کند. **وَ لِسَانَهُ الَّذِي يَنْطِقُ بِهِ**: من خدا زبان این بنده می‌شوم که این بنده با آن سخن می‌گوید. لسان‌الله شد. خدا لسان او شد. فوق لسان‌الله است؛ خدا لسان او شد. حالا دیگر هرچه از این زبان جاری می‌شود، کلام‌الله است. **وَ يَدَهُ الَّتِي يَبْطِشُ بِهَا**: من خدا، دست این بنده می‌شوم که این بنده با آن دست می‌گیرد، می‌زند، کار و فعالیت می‌کند. من خدا، دست او می‌شوم. حالا وقتی خدا دست این بنده می‌شود، آیا کاری هست که از این دست برنیاید؟ رسیدن به این مرتبه، خیلی بلند است. **إِنْ دَعَانِي أَجَبْتُهُ**: اگر من را صدا زند، بلافاصله جواب این بنده را می‌دهم. تا می‌گوید ربّ، می‌گویم لبیک لبیک یاحیبی! ای محبوب من! **وَ إِنْ سَأَلَنِي أَعْطَيْتُهُ**^{۱۹} و اگر از من درخواستی کند، بلافاصله به او عطا می‌کنم. رسیدن به این مراتب، صرفاً با واجبات دسترسی‌پذیر نیست. این همان غذای اضافه‌تر است که توانمندی‌های بالاتری ایجاد می‌کند.

منتها مستحبات با همه‌ی ارزشمندی، وقتی اثربخشند که چند شرط را در آن مراعات کنید. شرط اوّل این است که اوّل واجباتمان را انجام داده باشیم، بعد مشغول مستحبات شویم. واجبات را نگذاریم

۱۹. کلینی، کافی، ج ۲، ص ۳۵۲؛ مجلسی، بحارالانوار، ج ۷۲، ص ۱۵۵ و محدث‌نوری، مستدرک‌الوسائل، ج ۳، ص ۵۸.

کنار، مشغول مستحبات شویم. به واجبات، بی‌اعتنا نشویم که توجه‌مان معطوف به مستحبات شود. شرط اثربخشی مستحبات این است که واجبات را انجام داده باشیم. و الا کسی که واجباتش را انجام نداده، مثل انسانی است که حداقل اکسیژن و آب و غذا به بدنش نرسیده است. خب این بدن، مُرده است. شما به بدن مُرده، هرچه هم آمپول ویتامین و ب‌کمپلکس و ب۱۲ و امثال اینها تزریق کنید، چه خاصیتی دارد؟ این جنازه و مُرده است؛ اثر نمی‌کند. روح هم وقتی واجبات را انجام نداد، مُرد. حالا که مُرد، اینکه مستحبات را انجام دهی، چه خاصیتی دارد؟ لذا هم در آغاز اینکه انسان می‌خواهد مستحبات را انجام دهد، باید اول ببیند واجبات را انجام داده است یا نه، هم وقتی مشغول انجام مستحبات شد، مراقب باشد به مقداری به مستحبات بپردازد که واجبات بعدی از او ترک نشود؛ طوری سرگرم ذکرش نشود که وقت نماز واجبش بگذرد. آن قدر شب تا صبح خودش را خسته نکند که نزدیک اذان صبح خوابش ببرد و نماز صبحش قضا شود. آن قدر خودش را در مستحبات خسته نکند که موقع واجبات، دیگر حال نداشته باشد.

لذا امیرالمؤمنین علیه السلام فرمودند: **لَا قُرْبَةَ بِالنَّوَافِلِ إِذَا أَضْرَّتْ بِالْفَرَائِضِ**:^{۲۰} مستحبات هنگامی که به واجبات ضرر زند، سبب تقرب نمی‌شود. یا فرمودند: **إِذَا أَضْرَّتِ النَّوَافِلُ بِالْفَرَائِضِ فَارْزُقْهُمَا**:^{۲۱} وقتی که دیدید مستحبات دارد به واجبات ضرر می‌زند، رهایش کنید! دیگر آن مستحب را انجام ندهید! بس است دیگر! این شرط اول. پس شرط اول این است که واجبات انجام شده باشد، بعدش مستحبات انجام شود.

شرط دوم این است که مستحب با شوق و نشاط انجام شود؛ نه با تکلف و کراهت. انسان با سرزندگی، اشتیاق، نشاط و شادابی، تشنه‌ی انجام مستحبات باشد و سراغ آنها برود. اگر انسان، مستحبات را با

۲۰. مجلسی، بحار الانوار، ج ۸۴، ص ۳۱؛ سیدرضی، نهج البلاغه، ص ۴۷۵ و تمیمی آمدی، غررالحکم، ص ۷۷۱.

۲۱. سیدرضی، نهج البلاغه، ص ۵۲۵؛ تمیمی آمدی، غررالحکم، ص ۲۸۳ و حرّعاملی، وسائل الشیعه، ج ۴، ص ۲۸۶.

اکراه، زور و بی‌میلی به خودش تحمیل کند و خودش را مشغول مستحبات کند، سازندگی که ندارد هیچ، ضرر هم دارد. لذا امام عسکری علیه السلام فرمودند: **إِذَا نَشِطَ الْقُلُوبُ فَأَوْدِعُوهَا وَ إِذَا نَفَرَتْ فَوَدِّعُوهَا:**^{۲۲} وقتی دل‌ها، روح‌ها، جان‌ها نشاط دارد، آن موقع ودیعه‌های گرانبهای معنوی را به آنها بسپارید؛ اما وقتی که دل‌ها پشت کرده، حالت گریز دارد، آن موقع به حال خودشان رهایشان کنید. پس وقتی انسان سراغ مستحبات و عبادات برود که نشاط دارد؛ تشنه است و با همه‌ی وجود دوست دارد که انجام دهد. وقتی هم که سراغ رفت، انجام مستحب را آن قدر سنگین نکند که دوباره آن نشاط آسیب ببیند. قبل از اینکه خستگی، کراهت، بی‌میلی و بی‌حوصلگی بیاید، انسان از مستحبات دست کشیده باشد. وقتی هنوز یک‌خُرده اشتها داری که مستحب را انجام دهی، دست بکش!

در غذاهای جسمانی پیغمبر اکرم صلی الله علیه و آله دستورالعمل‌هایی داده‌اند؛ یک نکته این بود که وقتی می‌خواهی غذا بخوری، مطمئن باش که کاملاً گرسنه‌ای و اشتها به خوردن داری! تا واقعاً گرسنه نشده‌ای و بدنت به غذا نیاز ندارد، به صرف عادت، سراغ غذا خوردن نرو! بعد هم وقتی مشغول غذا خوردن شدی، قبل از اینکه احساس سیری کنی، هنوز یک‌مقدار اشتها و گرسنگی داری، از غذا دست بکش تا سلامتی پیدا کنی.^{۲۳} حالا در غذاهای روحانی و معنوی هم همین است؛ تا شوق و نشاط و اشتهای روحانی نباشد، سراغ مستحبات نرویم. وقتی هم که رفتیم، قبل از اینکه این شوق و نشاط افول کند و از بین برود، هنوز یک‌مقدار دیگر اشتها داریم که این عمل مستحب را ادامه بدهیم، دست بکشیم.

۲۲. مجلسی، بحار الانوار، ج ۷۵، ص ۳۷۹؛ محدث‌نوری، مستدرک الوسائل، ج ۱، ص ۱۴۴ و شهید اول،

الدرة الباهرة من الاصداف الطاهرة، ص ۴۶.

۲۳. **وَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ كُلْ وَ أَنْتَ تَشْتَهِي وَ أَمْسِكْ وَ أَنْتَ تَنْتَهِي:** مجلسی، بحار الانوار، ج ۵۹، ص ۲۹۰؛ محدث‌نوری، مستدرک الوسائل،

ج ۱۶، ص ۲۲۱ و مستغفری، جعفر بن محمد، طب‌النبی صلی الله علیه و آله، ص ۱۹.

پیغمبر اکرم ﷺ به ایرالمؤمنین عَلَيْهِمُ السَّلَامُ فرمودند: **يَا عَلِيُّ إِنَّ هَذَا الدِّينَ مَتِينٌ فَأَوْعَلْ فِيهِ بِرْفِقٍ وَ لَا تُبَغِّضْ إِلَى**

نَفْسِكَ عِبَادَةَ رَبِّكَ:^{۲۴} ای علی! این دین، دین متینی است. با رفق و ملایمت وارد این دین شو و عبادت پروردگارت را مبعوض خودت قرار نده! کاری نکن که بدت بیاید و از عبادت متنفر شوی! این قدر به خودت فشار بیاوری که زده شوی. انسان لذیذترین غذاها را هم خیلی زیاد به خودش تحمیل کند، زیاد بخورد، زده می شود. هروقت اسم آن غذا را می برند، حالش تغییر می کند. باز از پیغمبر اکرم ﷺ است، فرمودند: **لَا تُكْرَهُوا عِبَادَةَ اللَّهِ إِلَى عِبَادِ اللَّهِ:**^{۲۵} عبادت پروردگار را به گره به بندگان خدا تحمیل نکنیم. بگذاریم با شادی و شیرینی و اشتیاق، سراغ عبادت بیایند. عبادت را با تلخی به بندگان خدا تحمیل نکنید! پس شرط دوم چه شد؟ اگر می خواهیم مستحب اثر بخش باشد و سازندگی هایش را داشته باشد، در شرایطی سراغ مستحب برویم که شوق و اشتیاق هست؛ فرد سرزنده است؛ خسته و خواب آلود نیست. کسل و بی رغبت نیست. اگر انسان این طوری [یعنی با کسالت و بی رغبت] سراغ عبادت برود، ضرر دارد.

گاهی روی عادت های جاهلانه مان این طوری سراغ عبادت می رویم. مثلاً شب جمعه است، دعای کمیل خیلی ثواب دارد، بله؛ خدا می داند دعای کمیل چقدر سازندگی دارد و تعالی بخش است؛ اما تو خسته ای و خواب آلودی، اصلاً حال دعا نداری، به زور نشسته ای که من باید دعای کمیل را امشب بخوانم! چه کسی به تو گفته این دعای کمیل را بخوان؟ برو بگیر بخواب عزیزم! یا مشغول یک عبادت می شود، آن قدر کش می دهد که دوباره آن حالت می آید. اولش اشتیاق و شادابی داشت ولی کسالت، کراهت و حالت نفرت می آید. دست بکش! بس است!

۲۴. کلینی، کافی، ج ۲، ص ۸۷؛ حرّعاملی، وسائل الشیعه، ج ۱، ص ۱۱۰ و مجلسی، بحار الانوار، ج ۶۸، ص ۲۱۴.

۲۵. کلینی، کافی، ج ۲، ص ۸۶؛ مجلسی، بحار الانوار، ج ۶۸، ص ۲۱۲ و فیض کاشانی، وافی، ج ۴، ص ۳۵۹.

لذا در ادعیه دیده‌اید، دعاهایی داریم که یک‌خطی، یک‌پاراگرافی، یک‌صفحه‌ای، سه‌صفحه‌ای، ده‌صفحه‌ای هستند؛ دعایی هم داریم که پنجاه‌صفحه‌ای است. به‌خاطر اینکه هاضمه‌ی روح انسان‌ها با هم فرق می‌کند؛ کمااینکه هاضمه‌ی جسم افراد فرق می‌کند. شما در دهان بچه‌ی شیرخواره، دو قاشق چای‌خوری حریره‌ی بادام بریزید، سیر می‌شود. نمی‌شود به بچه‌ی شیرخواره، یک پُرس چلوکباب خوراند؛ بچه را می‌کُشد. خدمت نیست که به بچه می‌کنید. همین‌طور انسان از نظر ظرفیت و اشتهای روحی، در مسیر سلوک و عبادت تغییر می‌کند. اوّل کار، اشتهای فرد مثل اشتهای همان بچه‌ی شیرخواره است. باید آن مائده‌ی آسمانی را دو قاشق چای‌خوری بخورد؛ لذا یک دعای یک‌خطی به او داده‌اند؛ یک دعای دوخطی به او داده‌اند؛ حداکثر یک‌پاراگراف. اما به تدریج که روحش بزرگتر می‌شود، اشتهایش بیشتر می‌شود؛ خوب دعاهای بزرگتر هم داده‌اند؛ تا روزی که می‌گویند مثلاً بنشین دعای عرفه‌ی امام حسین علیه السلام را بخوان! دعای ابوحمزه‌ی ثمالی امام سجّاد علیه السلام را بخوان! دعای جوشن کبیر را بخوان! امثال این دعاها. اینها چیزهایی نیست که برای یک انسان مبتدی مناسب باشد.

لذا مبتدی وقتی به اعمال بزرگی که تناسب آن را با ظرفیت روحی خود مراعات نکرده است مشغول می‌شود، اوّلش با شوق انجام می‌دهد، اما چند صفحه‌ای که خواند، خسته می‌شود. اصلاً هاضمه‌اش ظرفیت این همه دعا را ندارد. حالا اگر دید دارد خسته می‌شود، رها کند. چه کسی گفته تمام فرازهای دعای جوشن کبیر را باید بخوانی؟ چند فرازش را خواندی، نوش جان! همین که دیدی داری خسته می‌شوی، رهایش کن! اگر به زور ادامه دهی، مخرب است. اوّل وقتی اشتهای خودت را می‌شناسی، سراغ دعای به این مفصلی نرو! اگر هم رفتی، همین که دیدی کم‌کم خستگی دارد می‌آید، همان‌جا متوقف کن! با زور و اکراه بگویی به هر قیمتی شده باید این دعا را تا آخرش بخوانم، هیچ سازندگی‌یی که ندارد، ضرر هم دارد. یعنی طوری از دعا زده می‌شوی که تا آخر عمر سراغ این دعا نخواهی آمد. از این دعا به‌خاطر اذیت‌ی که بار اوّل شدی، بدت می‌آید. لذا هم در شروع و هم در ادامه، باید از داشتن اشتها مطمئن شد. بودن اشتها شرط است.

البته این طوری نباشد که کسی بگوید: بخشید! من هیچ وقت اشتها ندارم؛ پس هیچ وقت سراغ مستحب نمی‌روم. یعنی این طوری نشود؛ تأکیدهایی از پیغمبر اکرم صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ و ائمه عَلَيْهِمُ السَّلَام نقل شده است! میل به کم انجام دادن عبادت، ایجاد نشود. راجع به بدنمان که ماشاءالله همه بلدیم؛ استادیم. وقتی میل به غذا نداریم، ترشی‌یی، سُسی، سالادی، نوشابه‌ای، ماستی، خردلی، ادویه‌ای کنار ظرف غذایمان می‌گذاریم؛ به کمک آنها دو برابر فردی که اشتها هم داشت غذا می‌خوریم. بلدیم اشتهای بدن را بیدار کنیم؛ زیاد، تحریک و تشدید کنیم. برای اشتهای روح هم می‌شود این کار را کرد. این طور نیست که فرد بگوید من هیچ وقت اشتها ندارم؛ هیچ وقت مستحبات را انجام نمی‌دهم. اشتها برای خودت تهیه کن! اشتها را در وجود خودت بیدار کن! یکی از چیزهایی که اشتهای عبادت را در انسان زیاد می‌کند، مجالست با اهل عبادت است. با کسی که اهل مستحبات و عبادات است، رفیق شو! با هم باشید! آن وقت ببین که چقدر تو هم تحریک می‌شوی و همراه او راه می‌افتی. چون **المُجَالِسَةُ مُؤَثَّرَةٌ**؛^{۲۶} او انسان را راه می‌اندازد. **جَالِسُوا مَنْ يُذَكِّرُكُمْ اللَّهُ زُؤَيْتَهُ وَ يَزِيدُ فِي عِلْمِكُمْ مَنْطِقَهُ وَ يُرَغِّبُكُمْ فِي الْآخِرَةِ**؛^{۲۷} عملش انسان را به سوی آخرت و اعمال معنوی و باطنی ترغیب می‌کند. یکی دیگر از چیزهایی که اشتها را زیاد می‌کند، حضور در اماکن معنوی و عبادی است. انسان در مسجد نماز بخواند. در فضاهای معنوی، در حرم ائمه عَلَيْهِمُ السَّلَام، مسجد الحرام، مسجد کوفه، جاهایی که اهل عبادت، سال‌ها عبادت کرده‌اند، قرار بگیرد. جوّ و فضای آنجا، حالت القائی دارد؛ نشاط عبادت را در انسان ایجاد می‌کند. انسان لذّت می‌برد؛ نسبت به عبادت شوق پیدا می‌کند.

تفکّر، راه دیگری است که اشتها ایجاد می‌کند. می‌خواهی نماز بخوانی، دیر نمی‌شود ولی می‌بینی خیلی اشتها نیست. کمی فکر کن برای چه آمده‌ای؟ پیش چه کسی آمده‌ای؟ با چه کسی وقت ملاقات

۲۶. از سخنان بزرگان است.

۲۷. کلینی، کافی، ج ۱، ص ۳۹؛ ابن شعبه حرانی، تحف العقول، ص ۴۴ و ابن ابی جمهور، عوالی اللثالی، ج ۴، ص ۷۸: **قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَتِ الْخَوَارِئُونَ لِعِيسَى يَا رُوحَ اللَّهِ مَنْ نُجَالِسُ قَالَ مَنْ يُذَكِّرُكُمْ اللَّهُ زُؤَيْتَهُ وَ يَزِيدُ فِي عِلْمِكُمْ مَنْطِقَهُ وَ يُرَغِّبُكُمْ فِي الْآخِرَةِ عَمَلُهُ.**

گرفته‌ای؟ با چه کسی می‌خواهی معاشقه کنی؟ چه نازنینی به تو اذن ورود و دیدار داده است؟ چه چیزی می‌خواهی بگویی؟ کمی فکر کن! بین شوق در تو چطور زنده می‌شود. تأثیر مقدمات عبادات، مثل اذان و اقامه، تکبیرات بدو ورود نماز، شاید بیدار کردن همین شوق است. اشتها را می‌شود تحریک کرد. وقتی بیدار و زنده شد، آن وقت انسان عبادت را انجام می‌دهد. نه اینکه چون اشتها ندارم، پس هیچ وقت انجام نمی‌دهم. منتها شرط، وجود اشتها و شوق و نشاط است. واجبات را هم اگر با شوق و نشاط انجام دهد، خدا می‌داند چقدر تأثیرات سازنده‌اش عظیم‌تر است. اما اگر شوق و نشاط هم نداری، واجب را باید حتماً انجام داد. اگر هم اشتها نداری، حداقل غذا، اکسیژن و آب را به زور باید به خوردت دهند. مریض وقتی اشتهايش را از دست می‌دهد، به زور غذا را به خوردش می‌دهند؛ حتی وقتی نخورد، با سرم تزریق می‌کنند؛ چون می‌میرد؛ از پا درمی‌آید.

لذا در واجبات اگر اشتها نداری، به زور هم که شده خودت را وادار به انجام کن! اما چه بهتر که در خودت اشتها ایجاد کنی و انجام دهی؛ واجبات را هم با شوق و نشاط انجام دهی. خدا می‌داند سازندگی همان واجب، صدچندان و هزار برابر می‌شود. اما در مستحبات، به صورت قاطع می‌گوییم، اگر شوق و اشتیاق نبود، انجام نده! سازندگی ندارد که هیچ، مضر هم است؛ تخریب هم می‌کند. شرط بعدی، مداومت و استمرار است. امیرالمؤمنین علیه السلام فرمودند: **قَلِيلٌ مِنْ عَمَلٍ مَدُومٍ عَلَيْهِ خَيْرٌ مِنْ عَمَلٍ كَثِيرٍ مَمْلُوءٍ مِنْهُ**:^{۲۸} عمل و عبادت کم و اندکی که انسان در آن شوق دارد و لذا به صورت مداوم می‌تواند ادامه دهد، به مراتب بهتر و سازنده‌تر از عبادت زیادی است که فرد توأم با ملالت انجام دهد و طبیعتاً کمی که انجام داد، رهایش می‌کند.

جلسه‌ی قبل راجع به بحث مداومت و استمرار در عمل، روایت زیاد خواندم. خب حالا فضای مستحبات کمی برایمان روشن‌تر شد. اهمّیت انجام مستحبات چقدر زیاد است! کسی بخواهد به قلّه‌های بلند

۲۸. سیدرضی، نهج البلاغه، ص ۵۵۴؛ مجلسی، بحار الانوار، ج ۶۷، ص ۱۴۷ و حرّعاملی، وسائل الشیعه، ج ۱، ص ۱۱۸.

کمال برسد، به انجام مستحبات، نیاز حیاتی دارد. مستحبات را برای انسان‌هایی که همت بلند دارند و قلّه‌های بلند کمال را آرزو دارند، گذاشته‌اند. در واقع یک دستورالعمل خاص و ویژه برای انسان‌های خاص و ویژه است. واجبات برای عموم است. لذا فرمود: اینک به مستحباتی چون غسل جمعه و نماز شب و امثال آن زیاد سفارش نمی‌کنم، به خاطر عظمت و شرافت آنهاست. چون خیلی بزرگ است، زیاد سفارش نمی‌کنم. می‌دانید دیگر، اگر فرد چیزی را زیاد سفارش کند، خلق جاهلند، می‌گویند حتماً جنس مانده است؛ روی دستش باد کرده؛ تعریف می‌کند بلکه کسی بیاید و این جنس بُنجل را بخرد.

انسان خیلی که تعریف کند، بگوید نمی‌دانید مستحبات، نماز شب، دعا و خلوت چیست! کمی که اصرار کنی، طرف می‌گوید حتماً یک جنس باد کرده‌ای است که می‌خواهد با این تعریف‌ها به ما قالب کند. چون عظیم و بزرگ است، سفارش نمی‌خواهد. یک توصیه‌ی کوچک و بعد رها کن! [اصرار، حرمت اعمال به آن بزرگی و فوق‌العادگی را که اعمال انبیاء بزرگ خداست، می‌شکند. یک‌بار که بچشد، مگر می‌تواند دست بردارد! نماز شبی که برای من و شماست، عمل پیغمبران اولوالعزم علیهم‌السلام است. وقتی خیلی خواهش و تمنا کنیم، التماس کنیم، عظمتش می‌شکند. تو را به خدا! به حال من رحم کن و این نماز شب را بخوان! دائم اصرار کنم، انگار چیز کوچکی است؛ نه، چون بزرگ است، حیف است انسان عظمت آن را با اصرار زیاد بشکند. به خاطر عظمت و شرافت آنهاست و برای این است که آنها را سبک‌شماری و برای تو عادی نشود. فکر نکنی اینها چیزهای کوچکی هستند. اصلاً مستحبات را به خاطر بزرگیشان اختیاری کرده‌اند. چون خیلی بزرگ بود، مستحبتشان کردند.

* کارهای خیلی قیمتی را مستحب کرده‌اند. فعل مستحب، واجبات را باعتبار می‌کند و زیبایی هم می‌آورد. خلق در جهنم؛ با واجبات از جهنم بیرون می‌آیند و با مستحبات به مدارج بهشت نایل می‌شوند. (دقیقه‌ی ۵۹:۰۱)

کارهای خیلی قیمتی را مستحب کردند. فعل مستحب، واجبات را باعتبار می‌کند و زیبایی هم می‌آورد. مستحبات، واجبات را باعتبار می‌کند. فرق بین احکام و آداب و اسرار را در اول کتاب ره‌توشه‌ی دیدار/ توضیح داده‌ام.^{۲۹} مثال زده‌ام؛ برای شما مهمان بیاید، بخواهی با چای پذیرایی کنی، گاهی یک استکان چای می‌ریزی و خود استکان را دستش می‌دهی که بخورد. استکان چای به او رسید؛ او هم خورد. اما گاهی استکان را در یک نعلبکی زیبا می‌گذاری، آن را در یک سینی بسیار قشنگ قرار می‌دهی و دو دستی با الفاظ محبت‌آمیز و سرشار از احترام تعارف می‌کنی. بار دوم هم همان استکان به او رسید و همان چای را خورد؛ ولی این رفتار، عمل را نسبت به علاقه‌ای که به او داری و احترامی که برای او قائلی، خیلی گویاتر کرد. دقت کردید؟ مستحبات غنی می‌کند؛ والا نماز واجب می‌خواهی بخوانی، ارکان واجبات بسیار مختصر است؛ سازندگی آن هم مختصر است.

اما اگر بخواهی سازندگی نماز بیشتر شود، **الصَّلَاةُ مِعْرَاجُ الْمُؤْمِنِ**^{۳۰} شود، **الصَّلَاةُ قُرْبَانُ كُلِّ تَقِيٍّ**^{۳۱} شود، **الصَّلَاةُ طَلَبُ الْوَصَالِ إِلَى اللَّهِ**^{۳۲} شود و امثال این تعبیری که در روایات داریم، به آنجاها تو را برساند،

۲۹. طیب، مهدی، ره‌توشه‌دیدار، ص ۱۱.

۳۰. مجلسی، مرآة‌العقول، ج ۱۲، ص ۳۳۱؛ هاشمی‌خوبی، منهاج‌البراعة، ج ۷، ص ۴۱۳ و فیض‌کاشانی، تفسیرصافی، ج ۱، ص ۲۰۳.

۳۱. کلینی، کافی، ج ۳، ص ۲۶۵؛ صدوق، من‌لایحضره‌الفقیه، ج ۱، ص ۲۱۰ و سیدرضی، نهج‌البلاغه، ص ۴۹۴.

۳۲. ... فَقِيلَ لَهُ جُعِلْتُ فِدَاكَ مَا مَعْنَى الصَّلَاةِ فِي الْحَقِيقَةِ قَالَ صَلَاةُ اللَّهِ لِلْعَبْدِ بِالرَّحْمَةِ وَ طَلَبُ الْوَصَالِ إِلَى اللَّهِ... مجلسی، بحارالانوار، ج

۸۱، ص ۲۴۶ و محدث نوری، مستدرک‌الوسائل، ج ۴، ص ۹۸.

الْمُصَلِّي مُنَاجِ رَبِّهِ^{۳۳} شود، این دیگر فقط با واجبات و ارکان به دست نمی آید؛ باید غنیش کنی. با چه غنیش کنی؟ با مستحبات. اذان و اقامه، ادعیه‌ی قبل از ورود نماز و تکبیرات افتتاحیه بگویی؛ اذکار مستحبه را بگویی؛ سجده و رکوع را طولانی کنی؛ قنوت بخوانی؛ صلوات بفرستی؛ استغفار کنی؛ تسبیح و حمد خدا بگویی؛ نماز را غنی تر کنی؛ این مقارنات است. بعد هم که نماز تمام شد، تعقیبات نماز را به جای آوری. بلافاصله که سلام دادی، بلند نشوی؛ تسبیحات حضرت زهرا علیها السلام بگویی؛ آیاتی از قرآن بخوانی؛ سُورِی بخوانی؛ ادعیه‌ی تعقیبات نماز را بخوانی؛ این طوری غنی می شود. سازندگی عمل هم بسیار بیشتر می شود. واجب، باعتبار می شود و زیبایی هم می آورد. خلق در جهنم؛ با واجبات از جهنم بیرون می آیند و با مستحبات به مدارج بهشت نایل می شوند. تعبیر، خیلی قشنگ است. دنیا متن جهنم است. ما که اسیر دنیاییم، در دل جهنم هستیم؛ منتها احساس نمی کنیم. کسی که حقایق را می پوشاند، در دل جهنم است. **إِنَّ جَهَنَّمَ لَمُحِيطَةٌ بِالْكَافِرِينَ**:^{۳۴} احاطه دارد.

برای اینکه از کفر بیرون بیاییم، انجام واجبات لازم است؛ انسان را از جهنم بیرون می کشد. کفر، کفر عرفانی و اخلاقی است. از جهنم که بیرون آمد، بهشت، یک مرتبه ندارد؛ همان طور که جهنم درجات دارد، بهشت درجات دارد. برای اینکه در درجات بهشت بالا روی، مستحبات به تو کمک می کند. مستحبات مرتبه و منزلت بهشتی تو را بالا می برد. ان شاء الله خدا عنایت کند همین جا چشمان باز شود؛ همان لحظه‌ای که مستحب را انجام می دهی، ببینی که داری بالا می روی. دیگر نمی گویی الآن انجام می دهم، بعد از مرگ، بعد از برزخ، به بهشت می روم؛ آنجا درجاتم بالا می رود، همین جا بالا

۳۳. صدرالدین شیرازی، شرح اصول کافی، ج ۱، ص ۴۸۳ و منسوب به امام صادق علیه السلام، مصباح الشریعة، ص ۱۱۱.

۳۴. سوره‌ی توبه، آیه‌ی ۴۹.

می‌روی. اگر می‌گویند **إِقرءْ وَ ارْقُ**:^{۳۵} قرآن را بخوان و بالا برو، همین‌جا می‌بینی که داری بالا می‌روی. همین‌جا، بهشتت نقد می‌شود. گفت:

من که امروزم بهشت نقد حاصل می‌شود وعده‌ی فردای زاهد را چرا باور کنم

بهشت نقد است! **أَعِدَّتْ لِلْمُتَّقِينَ**؛^{۳۶} همین‌الآن نقد است؛ آماده است. لذا مستحبات که درجات انسان را بالا می‌برد، همین‌جا می‌بینید که در بهشت بالا می‌روید؛ همین‌جا می‌بینید. حالا اگر هم نمی‌بینیم، اقلأً اعتماد کنیم که چنین چیزی در قیامت اتفاق می‌افتد. اگر هنوز قیامت ما برپا نشده، که **مَنْ مَاتَ فَقَدْ قَامَتْ قِيَامَتُهُ**،^{۳۷} اگر هنوز به موت نائل نشدیم، اقلش این است که مطمئن باشیم بعد از فوت، حتماً سر از قیامت درخواهیم آورد و مستحبات، ما را آنجا بالا می‌برد. اما اصلش این است که همین‌جا بالا می‌روی. وقتی مستحبات را انجام می‌دهی، همین‌جا موجود متعالی‌تری می‌شوی. چون واجبات، تکلیف است؛ اگر هم انجام ندهی، چوبت می‌زنند؛ اما مستحبات، عمل داوطلبانه است. یک‌وقت شما از من طلب دارید، من طلب را به شما می‌دهم؛ یک‌وقت طلب نداری، یک کادو می‌خرم و به تو هدیه می‌دهم؛ سوغاتی برایت می‌آورم. این است که در دل تو محبت ایجاد می‌کند؛ آن‌وقت من را دوست می‌داری. مستحبات، کادویی است که انسان برای معشوقش می‌برد؛ هدیه است که دارد به معشوقش می‌دهد؛ لذا حُبَّ ایجاد می‌کند؛ محبت ایجاد می‌کند. لذا هم خود انسان را نسبت به خدا دوستدارتر می‌کند، هم خدا را دوستدار انسان می‌کند. فرمود: **حَتَّىٰ أُجِبَّ**: تا کار به جایی می‌رسد که من خدا، دوستدار این بنده می‌شوم.

۳۵. عروسی حویزی، تفسیر نورالثقلین، ج ۳، ص ۱۷۱؛ مجلسی، روضة المتقین، ج ۵، ص ۵۲۷ و هاشمی خویی، منهاج البراعة، ج ۱۰،

ص ۲۰۳

۳۶. سوره‌ی آل‌عمران، آیه‌ی ۱۳۳.

۳۷. مجلسی، بحار الانوار، ج ۵۸، ص ۷؛ فیض کاشانی، تفسیر صافی، ج ۱، ص ۱۲۰ و دیلمی، ارشادالقلوب، ج ۱، ص ۱۸.

* عمل مستحب، ایجاد حُبّ می‌کند. عدالت، محبت ایجاد نمی‌کند؛ ولی فضل و احسان، محبت می‌آورد. عمل مستحبی، مثل هدیه و پیشکش برای دوست است، که ایجاد دوستی می‌کند. (دقیقه‌ی ۱۱:۰۵)

لذا اگر می‌خواهی محبت خدا در قلبت زیادتر شود و خودت محبوب خدا شوی، راهش انجام مستحبات است. قدر بدانید! معمولاً در بحث‌های ما، خصوصاً با نگرشی که از این بزرگوار نصیب ما شده است، ما کمتر تحریض به عمل می‌کنیم؛ ولی تحریض نکردن ما به عمل، شما را نسبت به اعمال بزرگی که به برکت پیغمبر ﷺ و اهل بیتشان ﷺ در دسترس ما قرار گرفته است، بی‌توجه نکند. خدا می‌داند این اعمال چقدر بزرگ است! اینها برای من و شما نبود که؛ اینها اعمال پیامبران اولوالعزم ﷺ بود؛ به برکت پیغمبر خاتم ﷺ در دست من و شما هم قرار گرفت. کم‌بهره نمایم. این فرصت عمر و توان و انرژی‌یی را که در وجودمان است، بی‌بهره از دست ندهیم. ان شاء الله سعی کنیم با انجام مستحبات، مدارج بهشت کمال و بهشت انسانیت و بهشت عبودیت را طی کنیم.

اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَ آلِ مُحَمَّدٍ وَ عَجِّلْ فَرَجَهُمْ