

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

اللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰی مُحَمَّدٍ وَّآلِ مُحَمَّدٍ وَّعَجِّلْ فَرَجَهُمْ

# صحیفه سجادیه

## ده فراز اول دعای بیستم

مطابق با درس یازدهم دین و زندگی ۱

پایه دهم

دوره دوم متوسطه

ویژه مرحله آموزشی مسابقات صحیفه سجادیه

محتوا

- نگاهی کوتاه به زندگی نامه امام سجاد علیه السلام
- فضیلت آراستگی
- تدبیر
- شرح فراز اول دعای بیستم
- شرح فراز سوم دعای بیستم
- شرح فراز دهم دعای بیستم



وزارت آموزش و پرورش  
معاونت پرورشی و فرهنگی  
اداره کل قرآن، عترت و نماز

- ایستگاه تفکر
- بررسی
- بیشتر بدانیم
- معرفی کتاب
- بیشتر بخوانیم

## به نام او که جان را فکرت آموخت



### امام سجاد علیه السلام

امام سجاد علیه السلام

چهارمین امام

ششمین معصوم



#### نگاهی کوتاه به زندگی نامه امام سجاد علیه السلام

- نام مبارک: علی
- لقب مشهور: زین العابدین، سجاد علیه السلام
- پدر بزرگوار: امام حسین بن علی علیه السلام
- مادر مکرمه: شهربانو دختر یزدگرد آخرین پادشاه ساسانی
- ولادت: پنجم شعبان سال ۳۸ هجری، مدینه
- تاریخ شهادت: ۲۵ محرم سال ۹۵ هجری، مدینه
- مدت عمر مبارک: حدود ۵۷ سال
- مدت امامت: ۳۴ سال
- مزار مطهر: بقیع، مدینه

یکی از موهبت‌هایی که از امام سجاد علیه السلام به ما رسیده کتاب گرانقدر صحیفه سجادیه است که مجموعه‌ای از دعاها و نیایش‌های امام علیه السلام است. تعداد دعا‌های صحیفه سجادیه ۷۵ دعا بوده که توسط دو فرزندش امام محمد باقر علیه السلام و زید شهید علیه السلام نوشته شده است. بیست و یکی از دعا‌های صحیفه سجادیه به دلایل نامعلومی از بین رفته و تنها ۵۴ دعا به دست ما رسیده است.

نام‌های دیگری از جمله اخت‌القرآن، انجیل اهل بیت علیهم السلام، زبور آل محمد علیهم السلام و صحیفه کامله نیز برای کتاب صحیفه ذکر شده است.

صحیفه سجادیه تعلیم دهنده دین و اخلاق در لباس دعاست و امام سجاد علیه السلام در قالب دعا، شریعت الهی، اخلاق محمدی صلی الله علیه و آله و بسیاری از معارف دینی از جمله «خداشناسی، انسان‌شناسی، مباحث عالم غیب، فرشتگان، رسالت انبیاء و...» را تشریح می‌نمایند.

ما در این فرصت، شما را با ۱۰ فراز اول دعای مکارم الاخلاق (دعای بیستم) این کتاب شریف آشنا می‌نماییم.

## فضیلت آراستگی

### مقدمه

آراستگی به معنی بهتر کردن وضع ظاهری و باطنی و زیبا نمودن این دو است.

### انواع آراستگی

- ۱- آراستگی باطنی، که نتیجه برخورداری روح انسان از صفات زیبایی همچون ادب؛ حسن خلق؛ سخاوت و مهربانی و..... است.
  - ۲- آراستگی ظاهری، که نتیجه مرتب بودن وضع ظاهر و توجه به نظافت و زیبایی آن است. نیاز به مقبولیت در جمع خانواده، همسالان و جامعه در دوره جوانی و نوجوانی نمود بیشتری دارد و همین باعث می شود تا جوان بیشتر به خود پردازد و توانایی و استعداد های خود را کشف و شکوفا نماید.
- آراستگی مختص زمان حضور در اجتماعات، معاشرت ها و زمان عبادت نیز می شود. استفاده از عطر، شانه زدن موها، پوشیدن لباس روشن و تمیز و پاک نمودن تمامی بدن از توصیه های مهم بزرگان دین است.
- برخی از انسانها در آراستگی ظاهری و ابراز وجود و مقبولیت دچار تند روی می شوند به گونه ای که در آراسته کردن خود زیاده روی می کنند و به خود نمایی می رسند قرآن کریم این حالت را تبرج می نامد. انسان عقیف به تبرج دچار نمی شود. و خود را با ارزش تر از آن می داند که بخواهد خود را در حد ابزاری برای هوسرانی دیگران پایین آورد. به همان میزان که رشته های عفاف در روح انسان قوی شود نوع آراستگی و پوشش او با وقارتر می شود و به همان میزان که رشته های عفاف انسان ضعیف و گسسته تر شود آراستگی و پوشش او سبک تر و جنبه خود نمایی به خود می گیرد.
- گرچه عفاف خصلت هر انسان با فضیلتی اعم از زن و مرد است اما وجود آن در زنان و دختران ارزش بیشتری دارد زیرا خداوند زنان را بیش از مردان به نعمت زیبایی آراسته است. عرضه نا بجای زیبایی به جای گرمی بخشیدن به کانون خانواده عفت و حیا را از بین می برد و این گوهر مقدس را از او می گیرد.
- دعای بیستم صحیفه سجادیه به دلیل در برداشتن تعالیم انسان ساز جهت کسب اخلاق نیک و انجام کارهای پسندیده به دعای مکارم الاخلاق معروف شده است. امام سجاد علیه السلام در این دعا بسیاری از رذایل اخلاقی و گناهان را بر می شمرد و همچنین فهرستی از فضایل اخلاقی را بازگو می کند و آراستگی به آنها را از خداوند در خواست می کند.
- در ادامه بحث به بررسی برخی عبارتهای فرازهای اول، سوم و دهم از دعای مکارم الاخلاق می پردازیم.

## فراز اول

اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَآلِهِ، وَبَلِّغْ بِإِيْمَانِي أَكْمَلَ الْإِيْمَانِ، وَاجْعَلْ يَقِيْنِي أَفْضَلَ الْيَقِيْنِ، وَ  
 أَنْتَهَ بِنِيَّتِي إِلَى أَحْسَنِ النِّيَّاتِ، وَبِعَمَلِي إِلَى أَحْسَنِ الْأَعْمَالِ.

ترجمه: بار خدایا بر محمد و آلش درود فرست، و ایمانم را به درجه کامل‌ترین ایمان رسان، و  
 یقینم را برترین یقین گردان، و نیتم را به بهترین نیت‌ها منتهی ساز، و کردارم را به بهترین کردارها  
 تبدیل کن.

### صلوات بر محمد و آل محمد ﷺ

در دعای مکارم الاخلاق مجموعاً ۲۰ مرتبه صلوات به چشم می‌خورد از علت‌های تکرار صلوات در فرازهای دعا؛ علاوه  
 بر کثرت فضیلت و ثمرات مختلف آن، این است که امام سجاده علیه السلام در این دعای شریف از خداوند متعال فقط یک  
 حاجت نمی‌خواهد بلکه در واقع دعای مکارم الاخلاق مجموعه‌ای از دعاها و حاجات مختلف است و به همین اعتبار  
 امام علیه السلام نیز صلوات‌های متعددی را قرائت می‌کنند تا به برکت آن زمینه اجابت این دعاها بیش از پیش فراهم شود.

### کامل شدن ایمان ( وَبَلِّغْ بِإِيْمَانِي أَكْمَلَ الْإِيْمَانِ )

حضرت در این فراز ۴ مطلب را در خواست می‌فرماید: ایمان را در کامل‌ترین وضعیت آن؛ یقین را در برترین وضعیت  
 آن؛ نیت را در زیباترین صورت آن و عمل را در بهترین قالب خودش.

گویا امام علیه السلام می‌خواهد برای آراسته شدن به مکارم اخلاق در همین ابتدا کل مراتب کمال را معرفی کند.

این چهار ویژگی از عمیق‌ترین تا سطحی‌ترین بخش شخصیت انسان را پوشش می‌دهد.

**بَلِّغْ** از ریشه بَلَّغَ به معنای وصل و رسیدن به چیزی است<sup>۱</sup> و هنگامی که به باب افعال و تفعیل می‌رود متعدی می‌شود و  
 رساندن را معنی می‌دهد. حرف باء در **بِإِيْمَانِي** نیز زائده است که برای تاکید بیشتر کلام است البته برخی معتقدند که **بَلِّغْ**  
 معنای انتها بخشیدن می‌دهد یعنی خدایا ایمان مرا به مرحله کمال و نهایت برسان.<sup>۲</sup>

کلمه **ایمان** نیز به معنای امن و در مقابل خوف است. همچنین به معنی تصدیق و پذیرفتن چیزی هم آمده است.<sup>۳</sup>

در قرآن کریم بیش از ۸۰۰ بار واژه ایمان و مشتقات آن آمده است که نشان‌دهنده اهمیت این واژه در قرآن کریم است، و  
 بیش از ۹۰ بار بعد از ایمان از عمل صالح یاد می‌کند.<sup>۴</sup>

امام سجاده علیه السلام در این فراز کامل‌ترین نوع ایمان را درخواست می‌نماید که بالاترین مرحله شناخت (حق‌الیقین) است و  
 بالاترین مرحله عمل که صرف عمر در تمام اوقات برای نیل به آنچه خدا خواسته را در بر می‌گیرد.

۱- مفردات / ص ۱۴۱

۲- ریاض السالکین / ج ۳ / ص ۲۶۶

۳- همان / ص ۲۶۷

۴- سیمای اخلاق در آیین قرآن و احادیث ص ۷۱

کمال در ایمان همان توفیقی است که باید انسان متضرعانه و خاضعانه از خدا بخواهد و همه ظرفیت‌هایش را برای بدست آوردن آن به میدان بیاورد. در مناجات شعبانیه به خداوند عرضه می‌داریم، «و عمرم را در آزمندی غفلت از تو نابد ساختم و جوانی‌ام را در سرمستی دوری از تو پیر نمودم.» خیلی وقتها ممکن است جوانی ما در سرمستی غفلت و دوری از پروردگار متعال به پیری برسد.

زمان‌های خاص در اکمال ایمان موثر است مثل ماه رجب، ماه رمضان. مکان‌ها نیز نقش دارند مثلاً مسجد برای رشد انسان خیلی تسهیل کننده است. انسان باید قدر زیارت اولیای خدا و تشرف به حرم آنان را بداند. دوستی‌های مومنانه نیز در رشد ایمان شخص تاثیر دارند.

### برترین درجه ایمان

پیامبر ﷺ در روایت زیبایی فرمود: «أَفْضَلَ الْإِيمَانِ أَنْ تَعْلَمَ أَنَّ اللَّهَ مَعَكَ حَيْثُمَا كُنْتَ.»<sup>۵</sup> بهترین اقسام ایمان آنست که بدانی هر جا هستی خدا با توست. مانند همان آیه کریمه که خداوند می‌فرماید: «وَهُوَ مَعَكُمْ أَيْنَ مَا كُنْتُمْ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِيرٌ»<sup>۶</sup> و هر کجا باشید او با شماست و خدا به هر چه کنید بیناست. به قول سعدی

«رسد آدمی به جایی که بجز خدا نبیند      بنگر که تا چه حد است مکان آدمیت»

کسی که بداند رحمت مطلق با اوست و او را در بر گرفته آرام و مطمئن خواهد بود حیا و ادبش زیاد و رفتارهایش منظم می‌شود.

### کمترین مرحله ایمان

امام علی علیه السلام فرمود: کمتر چیزی که بنده بدان مومن است آن است که خدای تبارک و تعالی خودش را به آن بنده بشناساند پس (آن بنده) به فرمانبرداری او اقرار کند.<sup>۷</sup>

بنابر مفهوم این حدیث گرانقدر اگر از سوی خدا ﷻ، پیامبر ﷺ و امام علیه السلام به او امر شد اطاعت کند و وقتی از چیزی او را نهی کردند دست بردارد.

وَاجْعَلْ يَقِينِي أَفْضَلَ الْيَقِينِ؛ و یقینم را به اوامر نور الهی بهترین یقین قرار بده.

اینکه انسان در ارتباط با مسئله‌ای به مرحله‌ای برسد که هیچ شک و گمانی در وجودش نباشد یقین است. مثلاً ما به اینکه وجود داریم یقین داریم. یقین خیلی فضیلت دارد لذا انسان باید آن را از خدا بخواهد.

### مراحل یقین

۱- علم یقین مانند شناختن آتش به وسیله دود؛ ۲- عین یقین مانند دیدن خود آتش؛ ۳- حق یقین مانند افتادن در آتش و سوختن به آن.

در این فراز امام سجاد علیه السلام حق یقین را که کامل‌ترین مرحله یقین است از خداوند درخواست می‌نماید.

۵- متقی هندی؛ کنز العمال؛ حدیث ۶۶

۶- حدید/۴

۷- کلینی؛ کافی؛ ج ۲؛ ص ۴۱۴

## بهترین نیت و رفتار

وَأَنْتَهُ بِنَيْتِي إِلَى أَحْسَنِ النِّيَّاتِ، وَبِعَمَلِي إِلَى أَحْسَنِ الْأَعْمَالِ.

نیت مرا از نیکوترین نیت‌ها قرار بده (که همان قصد قربت در هر کاری است) رفتار و کردارم را نیز به بهترین رفتارها تبدیل فرما

نیت در لغت به معنای قصد انجام کار و یا توجه قلب به سوی عمل خاصی می باشد.<sup>۸</sup>

امام کاظم علیه السلام درباره نقش نیت در عمل می فرماید: همانگونه که قوام جسم تنها به جان زنده است قوام دینداری هم تنها نیت پاک است و نیت پاک جز با عقل حاصل نمی شود.<sup>۹</sup>

کیفیت نیت و عمل از نظر اسلام بسیار اهمیت دارد و چنان که قرآن کریم می فرماید: «الَّذِي خَلَقَ الْمَوْتَ وَالْحَيَاةَ لِيُبْلُوَكُمْ أَيُّكُمْ أَحْسَنُ عَمَلًا»<sup>۱۰</sup> خدا این عالم را با مرگ و زندگی آفرید تا شما را بیازماید که عمل کدامیک از شما بهتر است. برای بدست آوردن نیت خالصانه لازم است معرفت و ایمان انسان تقویت شود. نیت خالص؛ عمل صالح را با خود به همراه می آورد. و در این قسمت امام سجاد علیه السلام از خداوند متعال عالی ترین در جات نیت را می خواهد.

وَبِعَمَلِي إِلَى أَحْسَنِ الْأَعْمَالِ

رفتار و کردارم را به بهترین رفتارها تبدیل فرما. بهترین عمل آن است که با خلوص نیت و خالی از ریا و خود نمایی باشد.

بیان چند نکته برای کیفیت بخشی اعمال و بردن اعمال بسوی احسن الاعمال (تحسین اعمال)

۱- تقوا، هماهنگی عمل با رضای الهی ۲- اخلاص، تصفیه عمل در مرتبه انگیزه و عمل ۳- وجدان کاری و کار را به محکم ترین شکل ممکن انجام دادن ۴- مداومت و استقامت تا به هدف نهایی رسیدن ۵- اعتدال و میانه روی و پرهیز از افراط و تفریط ۶- آگاهی، عمل مبتنی بر علم ۷- تفکر، در نیت و عمل (قبل عمل همراه عمل و بعد از عمل) ۸- مشورت، ضمیمه کردن خرد خود به خرد دیگران کیفیت کار را ارتقاء می دهد ۹- نظم در تحسین العمل و زیبا سازی و کیفیت بخشی به کارهای انسان خیلی تاثیر دارد ۱۰- نظم، سنجش درست هر کاری با زمان انجامش می باشد ۱۱- در پیش گرفتن شیوه مناسب جهت انجام کارها در هر کاری اول راهش را باید پیدا کرد بعدا اقدام نمود مانند: روش تحصیل؛ روش تدریس؛ روش عبادت

روش تدریس؛ روش عبادت

۸- مفردات / ص ۸۳۱

۹- تحف العقول / ص ۳۹۶

۱۰- ملک / ۲

## فراز ۳

... وَ لَا تَبْتَلِنِي بِالْكِبْرِ ، وَ عَبْدَنِي لَكَ وَ لَا تُفْسِدْ عِبَادَتِي بِالْعُجْبِ ، وَ أَجْرٍ لِلنَّاسِ عَلَيَّ يَدِي  
الْخَيْرَ وَ لَا تَمَحِّقْهُ بِالْمَنِّ ، وَ هَبْ لِي مَعَالِيَ الْأَخْلَاقِ ، وَ اعْصِمْنِي مِنَ الْفَخْرِ .

ترجمه: به کبر و نخوت گرفتار مساز، و به عبادت خود و اداری ولی عبادتم را با خودبینی تباه مگردان، و خیر و نیکی را برای مردم بر دست من جاری ساز ولی آن را با منت نهادن نابود مساز، و مرا اخلاق بلند و گرانمایه ببخش ولی از فخرفروشی (به آن) نگاه دار.

## عجب و تکبر

«عجب»: خود خواهی و علاقه زیاد به خود باعث می‌شود که وقتی انسان در خود کمالی دید؛ حالت خود پسندی و سروری به اودست دهد که به آن حالت عجب می‌گویند، و وقتی در اثر همین خود پسندی و حب نفس دیگران را فاقد آن کمال گمان کند حالت دیگری به او دست می‌دهد که عبارتست از خود را برتر دیدن که به آن «کبر» می‌گویند. تمام این‌ها در باطن است ولی اثر آن در ظاهر در عمل و گفتار «تکبر» است.

## ارکان پنجگانه سعادت و خطرات آن

- ۱- بهره‌مندی و ثروتمندی و وسعت در رزق که خطر آن این است که انسان چشمش دنبال دارایی‌های دیگران باشد؛
- ۲- عزت و زندگی عزتمندانه که خطرش ابتلا به کبر است؛
- ۳- عبادت عاشقانه و با کیفیت که خطرش عجب است؛
- ۴- خیررسانی به بندگان خدا و اینکه خداوند انسان را وسیله خیررسانی به سایرین قرار دادن؛ خطرش منت گذاشتن است؛
- ۵- دستیابی به عالی‌ترین جلوه‌های اخلاقی که در اینجا به معالی الاخلاق تعبیر شده و آسیب و خطر آن فخر است.

وَ هَبْ لِي مَعَالِيَ الْأَخْلَاقِ

آراسته شدن به برتری‌های اخلاقی باید در دستور کار مومن باشد عبارت «هب لی» ما را متوجه این نکته می‌کند که انسان چنین امر مهمی را باید از خدای متعال بخواهد در دعا‌های قرآنی آمده «وَ هَبْ لَنَا مِنْ لَدُنْكَ رَحْمَةً إِنَّكَ أَنْتَ الْوَهَّابُ»<sup>۱</sup> و از جانب خود رحمتی بر ما ارزانی دار که تو خود بخشایشگری.

## تفاوت محاسن الاخلاق؛ مکارم الاخلاق و معالی الاخلاق

در اینجا امام علیؑ از کلید واژه «معالی الاخلاق» استفاده کرده که هم شامل مکارم الاخلاق می شود و هم شامل محاسن الاخلاق.

محاسن الاخلاق؛ ظاهر شخصیت انسان است. مکارم الاخلاق به باطن انسان مربوط می شود. بین این دو نسبت برقرار است عمدتاً محاسن الاخلاق تراوش و نتیجه مکارم الاخلاق است .

البته گاهی کلمه حسن خلق در روایات در برگیرنده مکارم الاخلاقی و جنبه باطنی است ولی اغلب وقتی از حسن خلق سخن به میان می آید به ظاهر مربوط می شود که مثلاً چهره انسان متبسم؛ گشوده و باز باشد. زبانش شیرین و نرم و دلنشین باشد؛ کلام و رفتارهایش ملایم و مودبانه و متین باشد.

شخصی می گوید به امام صادقؑ عرض کردم تعریف حسن خلق چیست؟ حضرت فرمود: حسن خلق این است که نرم خو و مهربان باشی؛ گفتارت پاکیزه و مودبانه باشد و با برادرت با خوش رویی برخورد کنی.<sup>۲</sup>

### فرازدهم

اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَآلِهِ، وَحَلِّئِي، بِحِلْيَةِ الصَّالِحِينَ، وَالْبِسْنِي زِينَةَ الْمُتَّقِينَ، فِي بَسْطِ  
الْعَدْلِ، وَكَظْمِ الْغَيْظِ...  
وَأَفْشَاءِ الْعَارِفَةِ، وَسِتْرِ الْعَائِبَةِ، وَلِينِ الْعَرِيكَةِ، وَخَفْضِ الْجَنَاحِ، وَحُسْنِ السَّيْرِ، وَسُكُونِ  
الرَّيْحِ، وَطِيبِ الْمَخَالَقَةِ،

ترجمه: خدایا، بر محمد و آل او درود فرست، و مرا به زیور صالحان بیارای، و زینت پروا پیشگان بر اندامم بپوشان، که آن گسترش عدل است، و فروبردن خشم،..... و آشکار و پخش نمودن نیکی ها، و پوشاندن عیب ها؛ نرم خویی و فروتنی، و خوشرفتاری، و وقار، و خوش خلقی،



در این فراز گرانقدر به بحث و بررسی برخی عبارات‌های فراز می‌پردازیم.

ابتدای این فراز با صلوات شروع می‌شود و صلوات یعنی شما می‌خواهید از باطن اولیاء الهی مدد بگیرید تا به زینت اخلاقی آنها مزین شوید در این فراز امام سجاد علیه السلام به بررسی رفتارهایی می‌پردازد که انسان صالح و متقی در مسیر کمال و آراستگی به آن نیازمند است و خود نیز آن را از خداوند متعال برای خود درخواست می‌کند.

**حلیه الصالحین وزینة المتقین** به مباحث زیبا شناسی مربوط می‌شود چون «حلیه» و «زینت» مربوط به آراستگی و زیبایی است. یکی از این دو کلمه به صالحین نسبت داده شده و دیگری به متقین.

امام می‌فرماید: آنچه از تو می‌خواهم این است که به من لباس تقوا پوشانده شود و به زیور آلات صالحین مزین شوم. زیور متقین و صالحین چیست که امام علیه السلام آن را از خداوند طلب می‌کند؟

نکته‌ای که وجود دارد این است که اولین کسی که از زیور صلاح و تقوا بهره‌مند می‌شود؛ خود انسان متقی است. اگر کسی این‌گونه آراسته شود در درجه اول خودش از وجود خویش فیض می‌برد بعد کسانی که با او زندگی می‌کنند می‌توانند عطر بهشت را در همین دنیا از وجود او استشمام کنند. باید گفت: که فطرت انسان جمال خواه و جمال طلب است و با حسن و زیبایی انس دارد و خداوند هم این عالم را براساس قاعده حسن و جمال و زیبایی خلق کرده است. منتهی خیلی وقت‌ها انسان در زیبایی ظاهری متوقف می‌شود و توفیق عبور پیدا نمی‌کند و نمی‌تواند از این جمال ظاهری به جمال الهی راه پیدا کند. علاوه بر این افراط در زیبا جویی ظاهری مانع می‌شود انسان حتی جمال فطرت خودش و زیبایی که خداوند در نهادش قرارداده را ببیند سپس امام علیه السلام در ادامه زینت اهل تقوی را اینگونه می‌شمارد که ما به بررسی برخی از آنها می‌پردازیم:

### وَبَسْطِ الْعَدْلِ (گسترش عدالت)

اولین ویژگی انسان مومن و متقی در مناسبات اجتماعی؛ منتشر کردن عدالت در جامعه و محیط زندگی‌اش است در رابطه با دوستان و سپس محیط زندگی خانوادگی خودش به عدالت رفتار کند و سپس در رابطه اجتماعی که در مدرسه؛ محیط کار و... دارد بتواند عدالت را رعایت کند.

بزرگترین دشمن عدالت هوا پرستی است. قرآن کریم می‌فرماید: **فَلَا تَتَّبِعُوا الْهَوَىٰ أَنْ تَعْدِلُوا** (پس در پی هوس نروید که «در نتیجه از حق» عدول کنید)

### وَكُظْمِ الْغِيظِ (فرونشاندن خشم)

#### اهمیت فوق العاده مدیریت خشم

مدیریت خشم مبنا و بنیان صلاح اجتماعی و فردی است که وقتی در شخصیت یک انسان مستقر شود این آدم موصوف به حلم می‌شود.



"کظم" در لغت به معنی بستن سر مشکی است که از آب پر شده باشد، و بطور کنایه در مورد کسانی که از خشم و غضب پر می‌شوند و از اعمال آن خودداری می‌نمایند بکار می‌رود.

"غیظ" به معنی شدت غضب و حالت برافروختگی و هیجان فوق العاده روحی است، که بعد از مشاهده ناملازمات به انسان دست می‌دهد.<sup>۱</sup>

حالت خشم و غضب از خطرناکترین حالات است و اگر جلوی آن رها شود، در شکل یک نوع جنون و دیوانگی و از دست دادن هر نوع کنترل اعصاب خودنمایی می‌کند، و بسیاری از جنایات و تصمیم‌های خطرناکی که انسان یک عمر باید کفاره و جریمه آن را پردازد در چنین حالی انجام می‌شود.

امام باقر (ع) می‌فرماید: «مَنْ كَظَمَ غَيْظًا وَهُوَ يَقْدِرُ عَلَىٰ إِمْضَائِهِ حَسَا اللَّهُ قَلْبُهُ أَمْنًا وَ إِيْمَانًا يَوْمَ الْقِيَامَةِ»<sup>۲</sup> آن کس که خشم خود را فرو ببرد با اینکه قدرت بر اعمال آن دارد خداوند دل او را از آرامش و ایمان پر می‌کند. این حدیث می‌رساند که فرو بردن خشم اثر فوق العاده‌ای در تکامل معنوی انسان و تقویت روح ایمان دارد.

وَإِفْشَاءِ الْعَارِفَةِ، وَ سِتْرِ الْعَائِبَةِ (فاش نمودن خوبی‌ها و پنهان کردن زشتی‌ها)

مومن باید در صدد کشف زیبایی‌ها در اخلاق دیگران و نشر آن باشد. کسانی که طبعشان خراب و بیمار است فقط بدی‌ها را می‌بیند؛ ثبت می‌کند؛ و منتشر می‌کند.

عارفه امر شناخته شده به خوبی و زیبایی است نقطه مقابلش منکر است.

سِتْرِ الْعَائِبَةِ، انسان اگر عیبی را دید پوشاند مومن عیوب دیگران را می‌پوشاند همانگونه که خدای متعال پرده پوش است و عیوب انسانها را می‌پوشاند همینطور طبع همه اولیای خدا آشکار سازی زیبایی و پنهان کردن عیب هاست. البته موارد استثناء نیز دارد، جایی که صلاح شخص است، عیبی را که از او مطلع شدیم به پدر و مادر ویا معلم و... برسانیم، زیرا اگر نگوئیم عیب در او پایدار می‌شود ویا به او خسارت بزرگی می‌رسد.

وَ لِيِنَّ الْعَرِيكَهٖ مَرَا بَهٗ صَفْت نَرْم خَوِيِي بِيَارَاي

نرم خویی یکی از ویژگی‌های انسان کامل است قرآن کریم می‌فرماید:

...وَلَوْ كُنْتَ فَظًا غَلِيظَ الْقَلْبِ لَأَفَضْنَا مِنْ حَوْلِكَ<sup>۳</sup>.....

..... و اگر تندخو و سخت‌دل بودی مردم از گرد تو متفرق می‌شدند.....

نرم خویی یکی از عوامل محبوبیت جذب و علاقه مندی مردم به فرد نرم‌خو می‌گردد. این ویژگی درونی باعث می‌شود که انسان کامل به نتیجه مطلوب خود دست یابد. با نرم‌خویی احترام انسان محفوظ می‌ماند و از بسیاری گناهان که ممکن است با تند خویی صورت پذیرد جلوگیری می‌نماید.<sup>۴</sup> به همین دلیل امام سجاد علیه السلام در این دعا به منظور انجام امور اجتماعی به نحو احسن آراستگی درونی خود را به این وضعیت از خداوند طلب می‌کند.

۱- تفسیر نمونه ج ۳؛ ص ۹۷

۲- اصول کافی ج ۳؛ ص ۱۷۱

۳- آل عمران / ۱۵۹

۴- فلسفی؛ شرح دعای مکارم الاخلاق؛ ج ۲؛ ص ۱۱۵

لین به معنای نرمی است. عریکه به معنای طبیعت است. طبع که در فارسی کلمه «خو» هم گفته می شود جمع این دو می شود نرم‌خویی. کلمه هم معنای لین؛ رفق است رفق دقیقاً به همین معنای لین است. در روایات درباره رفق فرمودند: در شخصیت او یک نرمی وجود دارد که با انسان انس می گیرد این می شود رفیق؛ پیامبر عزیزمان فرمودند: رفق بر چیزی قرار نمی گیرد مگر آن را زینت می دهد و زیبایش می کند و از چیزی فاصله نمی گیرد مگر این که آن را زشتش می کند.<sup>۵</sup>

### وَ خَفَضِ الْجَنَاحِ (تواضع)

خفض الجناح؛ فروتنی همراه با تکریم و محبت است. تجلی رفتار متواضعانه در انسان‌های مومن زمانی است که شان و جایگاهی و ریاستی که پیدا می کند؛ بیشتر جلوه می کند.

امام سجاد علیه السلام سعی می کردند در مسافرت‌ها با کاروان‌هایی بروند که ایشان را نمی شناختند دلیل این کار این بود که خودشان کارهایشان را انجام بدهند در ضمن بتوانند به دیگران خدمت کنند گاهی شناخته می شدند و غوغایی می شد. در روایات؛ فروتنی را شهد شیرین عبادت معرفی می کنند.

انسان فروتن و متواضع مورد حسد قرار نمی گیرد و برای انسان رفعت می آورد و تقرب به خدا؛ کار گشایی و صمیمیت در زندگی؛ رفاقت و انس با دیگران را می آورد.

راجع به پیامبر عزیزمان می گویند که حضرت وقتی راه می رفت؛ مثل راه رفتن کسی بود که مثلاً در سرازیری راه می رود روان راه می رفت و رفتار متواضعانه که نشانی از تکبر ندارد داشتند. با فروتنی و تواضع (خَفَضِ الْجَنَاحِ) یک نظم مومنانه در جامعه ایجاد می شود. و همه چیز یک نظم طبیعی و الهی پیدا می کند. رانندگی‌ها منظم می شود، کلاس درس مرتب و تنظیم می شود و....

### وَ حُسْنِ السَّيْرِ، وَ سُكُونِ الرِّيحِ، وَ طَيْبِ الْمَخَالَقَةِ

و نیک سیرتی و آرامش و وقار و معاشرت زیبا با دیگران

سیره به معنی روش است. حسن سیره یعنی روش‌های پسندیده امام علیه السلام مسئله حسن سیره را از خداوند در خواست می کنند. سیره آن بخش آشکار در رفتار افراد است در مقابل باطن و نیت افراد که مخفی و نهان است. این گاهی انسان یک رفتاری را انجام دهد سیره نمی شود وقتی دائماً تکرار شود، می شود سیره.

حسن سیره یعنی روش‌های من در زندگی آراسته به حسن؛ به زیبایی باشد. خرد پسند و بالاتر از آن خدا پسندانه باشد. و روش‌ها موصوف به حسن و تقوا باشد. زیست عقیفانه؛ کلام عقیفانه؛ نگاه و رفتار عقیفانه را از خداوند بخواهیم و گرفتار سوء السیره نباشیم.

## وَسُكُونِ الرِّيحِ (آرامش ووقار)

سکون به معنی آرامش وریح به معنای باد است. (الریح به معنای سبکی و تندی است) سکون الریح؛ کنایه از وقار است. مسئله وقار از جمله مسائل اساسی در مباحث اخلاق اجتماعی انسان مومن است. آرامش خاطر؛ آرامش رفتاری؛ آرامش در عمل حکایت از وقار است. رفتارهای سبک و غیر منطقی ونا مناسب با شرایط سنی؛ جنسیتی؛ محیطی وشرایط اجتماعی می شود بی وقاری. کلمه «رزانت» که در روایات هم آمده است به معنی سنگینی وزین بودن آمده است. باید دانست که وقار با تکبر فرق دارد تکبر عیب است ولی وقار حسن و زینت است. در تکبر خود برتر بینی و تحقیر دیگران آمده است اما در وقار؛ رفتار متین است؛ رفتار و گفتار برخورد شخص آمیخته با سنگینی و متانت است. وریشه و بنیان وقار عقل است.

امام علی (ع) می فرماید: الوقار حلیه العقل<sup>۶</sup> (وقار زینت و زیور عقل است)

وَطَيْبِ الْمَخَالَقَةِ (خوش اخلاقی) طیب به معنای پاکی همراه با جاذبه است و مخالفه به معنای معاشرت<sup>۷</sup> است و طیب المخالقه یعنی حسن معاشرت یا همان خوش رفتاری با دیگران. حضرت از خدای سبحان در خواست خُلُقِ پاک همراه با جاذبه می کند. کلمه مخالفه را حضرت به این دلیل استفاده کردند که حکایت از رفتارهای اجتماعی و مناسبات اجتماعی دارد. به تعبیری دیگر اثر حسن خلق مانند جاذبه عطر است؛ انسانی که حسن خلق دارد به محیط صفا می دهد نقطه مقابلش سوءالخلق بد اخلاقی است که بوی گند دارد و اولین کسی که آن بوی بد را دریافت می کند خود طرف است و اولین کسی که از طیب المخالقه؛ بوی خوش و عطر آگین دریافت می کند خود انسان خوش اخلاق است و بعد محیط اجتماعی و کسانی که با او رفت و آمد دارند.

امام علی (ع) فرمود: سَوْءُ الْخُلُقِ يُوحِشُ الْقَرِيبَ، وَ يُنْفِرُ الْبَعِيدَ<sup>۸</sup>. بدخلقی کسانی را که به انسان نزدیک هستند از آدم دور می کند چون وحشت می کنند.



## ایستگاه تفکر

- با اندیشه و تفکر بیان کنید چگونه امکان طلب کردن مکارم اخلاق از خداوند وجود دارد در حالیکه انسان خود باید برای تحصیل اخلاق نیکو تلاش کند؟

۶-غررالحکم؛ ج ۱ ص ۲۷

۷-لسان العرب؛ ج ۱۰ ص ۸۷

۸-میزان الحکمه؛ ری شهری؛ ج ۱ ص ۸۰۶

## با بررسی ده فراز اول دعای مکارم الاخلاق جدول ذیل را تکمیل کنید.

فراز	پیام
	بندگی خدا
فراز چهارم	
	زندگی در پر تو بندگی
فراز نهم	

### بیشتر بدانیم

یکی از پرستاران دوران دفاع مقدس، از میان همه ی تصویرهای آن روزها یکی را که از همه ی آن ها در ذهنش پررنگ تر است، اینچنین روایت می کند:

یادم می آید یک روز که در بیمارستان بودیم، حمله شدیدی صورت گرفته بود. به طوری که از بیمارستان های صحرائی هم مجروحین زیادی را به بیمارستان ما منتقل می کردند. اوضاع مجروحین به شدت وخیم بود. در بین همه آنها، وضع یکیشان خیلی بدتر از بقیه بود. رگ هایش پاره پاره شده بود و با این که سعی کرده بودند زخم هایش را ببندند، ولی خونریزی شدیدی داشت. مجروحین را یکی یکی به اتاق عمل می بردیم و منتظر می ماندیم تا عمل تمام شود و بعدی را داخل ببریم.

وقتی که دکتر اتاق عمل این مجروح را دید، به من گفت که بیاورمش داخل اتاق عمل و برای جراحی آماده اش کنم. من آن زمان چادر به سر داشتم. دکتر اشاره کرد که چادرم را در بیاورم تا راحت تر بتوانم مجروح را جابه جا کنم.

همان موقع که داشتم از کنار او رد می شدم تا بروم توی اتاق و چادرم را در بیاورم، مجروح که چند دقیقه ای بود به هوش آمده بود به سختی گوشه چادرم را گرفت و بریده بریده و سخت گفت: من دارم می روم که تو چادرت را در نیاوری. ما برای این چادر داریم می رویم... چادرم در مشتت بود که شهید شد.

از آن به بعد در بدترین و سخت ترین شرایط هم چادرم را کنار نگذاشتم.

۱- با خود بیاندیشید و ببینید آراستگی های اخلاقی شما تا چه اندازه منطبق با ویژگی ها و صفات والایی است که امام سجاد (ع) آن را در دعای مکارم الاخلاق از خدا طلب می کند.

۲- در سوره فرقان آیات ۶۳ تا ۷۴ خداوند سیزده ویژگی برای عباد الرحمن بیان فرموده در این آیات دقت کنید و این ویژگی ها را در دعای مکارم الاخلاق نیز جستجو کنید.



نام کتاب	نویسنده	انتشارات	مخاطب
سلوک سجادیه	سیده طاهره موسوی	هنگام	عموم مردم
حدیث حلقه خوبان	امیر شیرزاد	کتاب طه	عموم مردم



## بیشتر بخوانیم

# متن فرازهای ۱ و ۳ و ۱۰ ادعای بیستم صحیفه سجاده برای مطالعه و آشنایی با برخی واژگان



ترجمه	فراز ۱
بار خدایا بر محمد و آلش درود فرست، و ایمانم را به درجه کامل‌ترین ایمان رسان	اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَآلِهِ، وَبَلِّغْ بِإِيْمَانِي أَكْمَلَ الْإِيْمَانِ
و یقینم را برترین یقین گردان	وَاجْعَلْ يَقِيْنِي أَفْضَلَ الْيَقِيْنِ
و نیتم را به بهترین نیت‌ها منتهی ساز	وَ أَنْتَهَ بِنِيَّتِي إِلَى أَحْسَنِ النِّيَّاتِ
و کردارم را به بهترین کردارها تبدیل کن	وَ يَعْمَلِي إِلَى أَحْسَنِ الْأَعْمَالِ
ترجمه	فراز ۳
خدایا! بر محمد و آل محمد درود فرست و مرا از آنچه توجّه به آن دچار سرگرمی و مشغولیت می‌کند، باز دار	اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَآلِهِ، وَ أَكْفِنِي مَا يَشْغَلُنِي الْإِهْتِمَامُ بِهِ
و در اموری به کار گیر که فردای قیامت در ارتباط با آن از من بازپرسی می‌کنی	وَ اسْتَعْمِلْنِي بِمَا تَسْأَلُنِي غَدًا عَنْهُ
و روزگارم را در اهدافی که مرا به خاطر آن به وجود آوردی پایان ده	وَ اسْتَفْرِغْ أَبْأَمِي فِيمَا خَلَقْتَنِي لَهُ
و مرا توانگر کن و روزیت را بر من بگستران	وَ أَغْنِنِي وَ أَوْسِعْ عَلَيَّ فِي رِزْقِكَ
و مرا به چشم‌داشت نسبت به آنچه در دست این و آن است دچار مکن و از جمندم ساز	وَ لَا تَفْتِنَنِي بِالنَّظَرِ وَ أَعِزَّنِي
و مرا به سرکشی و گردن‌کشی، گرفتار مساز	وَ لَا تَبْتَلِيَنِي بِالْكِبْرِ
و بر مدار بندگی‌ات قرارده و عبادتم را به خودپسندی تباه مکن	وَ عِبْدَتِي لَكَ وَ لَا تُفْسِدْ عِبَادَتِي بِالْعُجْبِ
و خیر و نیکی را به دست من برای تمام مردم جاری ساز و آن را با آلوده شدن به منت ناپود مکن	وَ أَجْرٍ لِلنَّاسِ عَلَى يَدِي الْخَيْرِ وَ لَا تَمَحِّقْهُ بِالْمَنْ
و اخلاق شریفه و بلند مرتبه به من ببخش	وَ هَبْ لِي مَعَالِيَ الْأَخْلَاقِ
و از فخر فروشی نگاهم دار.	وَ اعْصِمْنِي مِنَ الْفَخْرِ



ترجمه	فراز ۱۰
خدایا! بر محمد و آتش درود فرست	اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَآلِهِ
و مرا به زیور شایستگان <b>بیاری</b>	وَ حَلَنِي بِحِلْيَةِ الصَّالِحِينَ
و زینت پرهیزکاران را به من <b>پوشان</b>	وَ أَلْبِسْنِي زِينَةَ الْمُتَّقِينَ
د <b>رگسترش</b> عدالت ر	فِي بَسْطِ الْعَدْلِ
<b>فرو خوردن</b> خشم	وَ كَظْمِ الْغَيْظِ
و خاموش کردن <b>آتش</b> فتنه	وَ إِطْفَاءِ النَّارِ
<b>جمع کردن</b> پراکنده شدگان	وَ ضَمِّ أَهْلِ الْفُرْقَةِ
اصلاح <b>بین مردم</b>	وَ إِصْلَاحِ ذَاتِ الْبَيْنِ
آشکار کردن <b>کارهای خوب</b> مردم	وَ إِفْشَاءِ الْعَارِفَةِ
پوشاندن <b>عیوب</b> انسانها	وَ سِتْرِ الْعَائِبَةِ
و نرم <b>خوبی</b>	وَ لِينِ الْعَرِيكَةِ
و <b>فروتنی</b>	وَ حَفْضِ الْجَنَاحِ
و خوش <b>رفتاری</b>	وَ حُسْنِ السِّيَرَةِ
و <b>وقار</b>	وَ سَكُونِ الرِّيحِ
و خوش <b>اخلاقی</b>	وَ طَيْبِ الْمُخَالَفَةِ
و <b>پیشی گرفتن</b> به سوی فضیلت	وَ السَّبْقِ إِلَى الْفُضَيْلَةِ
و <b>انتخاب</b> نیکی و احسان	وَ إِيْتَارِ التَّفَضُّلِ
و <b>ترک</b> سرزنش	وَ تَرْكِ التَّعْيِيرِ
و <b>خوبی کردن</b> به غیر مستحق	وَ الْإِفْضَالِ عَلَى غَيْرِ الْمُسْتَحِقِّ
و حق <b>گویی</b> گرچه <b>سنگین</b> باشد	وَ الْقَوْلِ بِالْحَقِّ وَ إِنْ عَزَّ
و <b>اندک شمردن</b> گفتار و کردار خوبم هر چند زیاد باشد	وَ اسْتِقْطَالَ الْخَيْرِ وَ إِنْ كَثُرَ مِنْ قَوْلِي وَ فِعْلِي
و <b>زیاد شمردن</b> گفتار و رفتار بدم، هر چند اندک باشد	وَ اسْتِكْتَارَ الشَّرِّ وَ إِنْ قَلَّ مِنْ قَوْلِي وَ فِعْلِي
و همه این امور را به دوام اطاعت از حضرتت	وَ أَكْمِلْ ذَلِكَ لِي بِدَوَامِ الطَّاعَةِ
و همراهی با مسلمانان	وَ لُزُومِ الْجَمَاعَةِ
و <b>دست برداشتن</b> از اهل بدعت	وَ رَفْضِ أَهْلِ الْبِدْعِ
و آنان که <b>رأی ساختگی</b> در دین را به کار می گیرند، کامل کن.	وَ مُسْتَعْمِلِ الرَّأْيِ الْمُخْتَرَعِ