

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

سجود

اکنون به مقام سجده وارد شویم و مثل بحث رکوع، ابتدا ظواهر سجده را بگوییم؛ بعد اگر خدا توفیق دهد به بواطن آن هم راه پیدا کنیم.

آداب ظاهری سجده

ادب ظاهری سجده این است که انسان قبل از اینکه به سجده برود؛ هنگامی که در حال قیام بعد از رکوع قرار دارد، تکبیر بگوید. در رفتن به سجده، برای مرد مستحب است که ابتدا کف دست‌هایش را بر زمین بگذارد، بعد زانوهایش را. برای زن عکس این حالت مستحب است؛ یعنی زن ابتدا زانوهایش را بر زمین بگذارد، بعد کف دست‌هایش را. در حال سجده که کف دست‌ها را بر زمین گذاشته است، انگشت‌ها از هم باز نباشد؛ بسته باشد.

هنگامی که نمازگزار سر به سجده گذاشته است، سر دست‌ها رو به قبله باشد و تقریباً محاذات گوش‌ها قرار بگیرد. مردها هنگام سجده کردن دست‌ها را به پهلو نچسبانند؛ زانوها را هم با فاصله از هم قرار دهند و به هم نچسبانند؛ آرنج‌ها و شکمشان را هم به زمین نچسبانند. بعضی‌ها از آقایان کف دست‌هایشان را که روی زمین می‌گذارند، کل دست را تا آرنج هم بر زمین می‌گذارند. در حالی که مستحب است مرد در سجده فقط کف دست‌هایش روی زمین باشد. به عکس خانم‌ها که مستحب است هنگام سجده، آرنج‌هایشان هم روی زمین باشد.

حدّ اقل مقداری که واجب است در هنگام سجده پیشانی بر محل سجده باشد؛ به اندازه‌ی یک درهم است؛ البتّه بیشتر باشد بهتر است. بهتر است که انسان بر خاک سجده کند و چه بهتر که بر خاک مزار اولیای خدا و ائمه هدی علیهم‌السلام سجده کند. افضل در بین تربت ائمه علیهم‌السلام برای سجده هم تربت اباعبدالله‌الحسین علیه‌السلام است.

همین جا تذکری بدهم. الآن خوشبختانه دسترسی به عتبات عالیات امکان‌پذیر است و عزیزانی هم که به کربلا مشرف می‌شوند، معمولاً یکی از سوغات‌هایشان مهرهایی است که با خود از کربلا می‌آورند. نمی‌گویم همه‌ی مهرهای کربلا تربت خالص است؛ ولی همین که اسم خاک کربلا روی آن است؛ کافی است. چون هنگامی که اباعبدالله علیه‌السلام با اصحاب وارد کربلا شدند، زمین بسیار وسیعی را خریدند. چند فرسخ در چند فرسخ زمین را خریدند و آن منطقه را وقف کردند. خاک کلّ آن محدوده تربت است؛ لذا قاعدتاً این مهرهایی هم که ساخته می‌شود، ولو در بیرون شهر کربلا زمینی را می‌کنند و با خاکش مهر درست می‌کنند؛ باز در همان محدوده‌ای است که خاکش تربت است.

وقتی دسترسی به تربت وجود دارد، حیف نیست انسان روی خاک‌های دیگر سجده کند؟ پیشنهاد من این است عزیزان همیشه یک مهر تربت به‌همراه داشته باشند. خیلی خوب و مستحب است که انسان در جیب خود یک مهر تربت همراه داشته باشد و هر جا خواست نماز بخواند، همان مهر کربلا را بگذارد و نماز بخواند. البتّه تربتی را که می‌خواهد همراه داشته باشد، در سجّاده یا کیسه‌ی دربسته‌ای قرار دهد، که حرمتش حفظ شود. در ادامه خواهیم گفت که سجده‌ی بر تربت اباعبدالله‌الحسین علیه‌السلام چه آثاری دارد. در مساجد هم دیده‌ام که مهرهایی را که برای دستگاه‌هایی که تعداد سجده‌ها را می‌شمرد، درست

می‌کنند، در جامه‌پوشی‌ها قرار می‌دهند. شرکت‌هایی با خاک‌های معمولی مثل خاک تهران یا شهرهای دیگر مهر درست کرده‌اند. سجده بر آن مهرها باطل نیست؛ ولی حیف نیست اکنون که امکان دسترسی به تربت ابا عبدالله الحسین علیه السلام وجود دارد؛ انسان مسجدها را پر از چنان مهرهایی کند؟ هر زائر کربلا می‌تواند با خود مهرهای زیادی بیاورد و در این مسجدها قرار داده شود.

متأسفانه استفاده از تربت ابا عبدالله کم شده است. بنده گاهی اوقات که موفق می‌شوم به مسجد بروم و استثنائاً مهر همراهم نباشد، که خدا توفیق داده است کم پیش می‌آید از منزل بیرون بیایم و مهر همراهم نباشد؛ ولی اگر استثنائاً در موردی، مثلاً مهر در جیب کتم بوده و کتم داخل ماشین مانده است یا مثلاً در کیفم بوده و کیفم همراهم نیست، در چنین مواردی باید خیلی در جامه‌پوشی‌های مساجد بگردم تا یک مهر کربلا پیدا کنم. این خیلی حیف است. جدیداً چوب یا سنگ را مثل مهر می‌برند و در مساجد می‌گذارند تا بتوانند راحت آن را بشویند و همیشه تمیز باشد. ولی خیلی حیف است. گرچه می‌شود با آنها نماز خواند و نماز خواندن با آنها مشکلی ندارد و باطل نیست؛ ولی حیف است وقتی تربت ابا عبدالله علیه السلام دسترسی‌پذیر است، انسان خود را محروم کند. این یک تذکر کلی برای همه‌ی مساجد، که در حال حاضر که امکان آن وجود دارد و از میان نمازگزارهای هر مسجد، الحمدلله دائماً چند نفر به عتبات مشرفند، به اینها بسپرنند شما که به کربلا می‌روید، سوغاتی مسجد هم یادتان نرود. برای مسجد مهر بیارید. می‌توانند مهرها را هم زودبه‌زود عوض کنند تا مهرها همیشه تمیز باشد. ضمن اینکه اگر هنگام سجده بر مهرهای کربلا رنگ آن تیره می‌شود، فکر نکنید مهر کثیف شده است. این مهر را زیر

آفتاب داغ، خصوصاً تابستان بگذارید تا خورشید به آن بتابد؛ یک ساعت بعد می‌بینید نوی نو است. یا در زمستان‌ها، مثلاً نیم‌ساعت که مهر را روی بخاری، شوفاژ و وسایل گرم‌کننده قرار دهید، می‌بینید تمیز تمیز است؛ یک ذره از آن هم تیره نیست. ظاهراً مقداری از چربی‌یی که روی پیشانی نمازگزار است، روی مهر اثر می‌گذارد. کثیف نشده است که بگویند: چون کثیف است؛ مهر کربلا را کنار می‌گذاریم و مهر دیگری استفاده کنیم. کثیف نیست؛ رنگش تیره شده است.

بین چیزهایی که سجده بر آنها جایز است؛ سجده بر خاک افضل است؛ سجده بر تربت ائمه علیهم‌السلام از آن هم افضل است و در میان تربت همه‌ی ائمه علیهم‌السلام، سجده کردن بر تربت اباعبدالله‌الحسین علیه‌السلام افضل است. البته سجده بر هر چیز که به آن اطلاق زمین شود و چیزهایی که از زمین می‌روید و خوراکی یا پوشاکی نیستند، جایز است؛ اما به چیزهایی مثل طلا، نقره یا قیر که از زمین درمی‌آیند، اطلاق ارض و زمین نمی‌شود؛ لذا نمی‌توان بر آنها سجده کرد و بر سنگ‌های گران‌قیمت، مثل زمرد، فیروزه و امثال اینها هم احتیاطاً نباید سجده کرد. علت آن هم این است که از نظر فلسفه و معنا، سجده ابراز فروتنی در بالاترین مرتبه است. اوج فروتنی زمانی است که انسان بر خاک سجده می‌کند؛ خاک چه صورت پودر و چه به صورت مهر. زمانی که شما بر فیروزه، عقیق، زمرد، الماس و امثال این سنگ‌های گرانبها سجده کنید، فروتنی زیادی نشان نداده‌اید.

از نظر حکم فقهی، در سجده هفت موضع باید بر زمین نهاده شده باشد: پیشانی، کف دو دست، هر دو زانو و نوک انگشت شست پاها. بر زمین گذاشتن اینها واجب است و اگر یکی از آنها بر زمین نباشد، سجده کامل نیست و نماز فرد باطل است. اما موضع هشتمی

هم وجود دارد، که دوستان اهل بیت علیهم السلام آن را هم ترک نمی‌کنند و آن بینی را بر خاک نهادن است. چون در زبان فارسی هم هست که می‌گویند: بینی‌اش را به خاک مالیندم. یعنی حسابی او را له کردم. به بینی بر خاک نهادن که در زبان عربی "ارغام" می‌گویند؛ که به معنای نهایت درجه‌ی شکستگی است؛ لذا خوب است دوتا مهر بگذارید؛ یکی برای پیشانی و دیگری برای بینی. بعضی وقت‌ها دیده‌ام افراد دوتا مهر می‌گذارند، ولی مهرها را روی همدیگر می‌گذارند تا ارتفاع آن بالا بیاید؛ در صورتی که هرچه ارتفاع مهر کمتر باشد، بهتر است؛ و تعبیر سجده بر آن بیشتر صدق می‌کند. بالا آوردن محلّ سجده برای بعضی‌ها که بیماری تنفسی یا مشکل خاصی دارند، اشکالی ندارد. اگر کمی ارتفاع مهر زیاد شد، نماز باطل نیست. البته اگر از حدّ خاصی بیشتر شود، نماز باطل است و اصلاً آن عمل سجده نیست و سجده بر آن صدق نمی‌کند؛ ولی هرچه مهر نازک‌تر باشد، بهتر است؛ یعنی هرچه سر انسان به زمین نزدیک‌تر شده باشد، بهتر است. شخص که می‌خواهد دو مهر بگذارد، یک مهر را برای پیشانی خود و دیگری را هم برای بینی‌اش بگذارد. موقعی که به سجده می‌رود، علاوه بر پیشانی، بینی خود را هم بر خاک بگذارد.

دوست اهل بیت علیهم السلام هشت موضع سجده دارد. در این رابطه روایت‌های متعددی هم داریم؛ مثلاً از امام صادق علیه السلام روایت شده است، که حضرت فرمودند: «وَضَعُ الْأَنْفَ عَلَى الْأَرْضِ سُنَّةٌ وَ هُوَ الْأَرْغَامُ»^۱ بینی را بر خاک نهادن در سجده، یک سنت و عمل مستحب است و آن ارغام است، که معنی آن بینی به خاک مالیدن است. یا از امام باقر علیه السلام نقل شده است: «وَ

۱. حرّعاملی، وسائل الشیعة، ج ۵، ص ۴۶۰ و مجلسی، بحار، ج ۸۱، ص ۱۸۶ و نوری، مستدرک، ج ۴، ص ۸۴.

مَنْ لَا يُرْغَمُ بِأَنْفِهِ فَلَا صَلَاةَ لَهُ»^۲ کسی که در سجده بینی خود را بر خاک نمی‌گذارد، اصلاً نمازی برای او نیست. یعنی چنین انسانی بهره‌ی کافی از نماز را نمی‌برد.

این را اشاره کرده‌ام که بدانید علاوه بر هفت موضع واجب، موضع هشتمی هم وجود دارد. بر زمین نهادن آن هفت موضع واجب است و این هشتمی مستحب است؛ ولی استحباب زیادی دارد.

باز از مستحبات سجده، این است که انسان هنگام سجده مواضع سجده را برهنه کند؛ یعنی شست‌های پا، زانوها، کف دست‌ها و پیشانی و بینی برهنه و بدون پوشش بر خاک گذارده شود. این کار فضیلت سجده را بالا می‌برد؛ البته جزء واجبات نیست. واجب فقط پیشانی است که باید بدون پوشش بر خاک نهاده شود.

قبل از گفتن ذکر سجده، یعنی «سُبْحَانَ رَبِّيَ الْأَعْلَى وَ بِحَمْدِهِ»، مستحب است که این ذکر گفته شود. اگر کسی بلد بود و گفت، خوشا به حال او. «اللَّهُمَّ لَكَ سَجَدْتُ» پروردگارا! برای تو سجده کردم. «و بِكَ آمَنْتُ» و به تو ایمان آوردم. «و لَكَ اسَلَّمْتُ» و تسلیم تو شدم. «و عَلَيْكَ تَوَكَّلْتُ» و به تو تکیه کردم و اتکال ورزیدم و تو را وکیل خود قرار دادم. «و أَنْتَ رَبِّي» خدایا! رب، صاحب و پروردگار من تویی. «سَجَدَ وَجْهِي لِلَّذِي خَلَقَهُ وَ شَقَّ سَمْعَهُ وَ بَصَرَهُ» صورت من برای کسی سجده کرد، که این صورت را آفرید و چشم و گوش مرا برای دیدن و شنیدن گشود. «و الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ»^۳ و حمد سزاوار «الله» است، که پروردگار جهانیان

^۲. صدوق، من لایحضره الفقیه، ج ۱، ص ۳۱۳ و مجلسی، روضة المتقین، ج ۲، ص ۳۳۶.

^۳. سوره‌ی انعام، آیه‌ی ۴۵ و سوره‌ی صافات، آیه‌ی ۱۸۲.

است. «تَبَارَكَ اللهُ أَحْسَنُ الْخَالِقِينَ»^۴ آفرین بر خدا! که نیکوترین آفرینندگان است. این ذکری است که انسان اگر بلد باشد و فرصت و حوصله هم داشته باشد، خوب است آن را در سجده و قبل از گفتن ذکر واجب آن بگوید. سپس بگوید: «سُبْحَانَ رَبِّيَ الْأَعْلَى وَ بِحَمْدِهِ» منزّه است پروردگار برتر و بالاتر من. او را حمد می‌گویم و به حمد او اشتغال دارم. مستحب است انسان این ذکر را در سجده تکرار کند. به یکبار بسنده نکند. دوبار، سه‌بار، پنج‌بار، هفت‌بار آن را تکرار کند. خیلی خوب است ذکر سجده را تا جایی که خستگی به انسان دست نداده است و با شادابی می‌گوید، تکرار کند.

امام جماعت نباید اذکار را بیش از سه‌بار تکرار کند. علت هم این است که شاید در بین مأمومین شخص ضعیف، کهنسال و بیماری باشد که طاقت طولانی کردن سجده را نداشته باشد.^۵ ولی کسی که فرادی^۱ نماز می‌خواند، هرچه بیشتر تکرار کند، بیشتر از سجده‌اش بهره می‌برد. چه سجده‌ی اول و چه سجده‌ی دوم، هنگامی که سر از سجده برداشت و نشست، مستحب است عمده‌ی وزنش را روی ران چپ خود بیندازد. روی ران چپ خود بنشیند و پشت قدم پای راست خود را روی شکم پای چپش بگذارد. معنایی هم که از این کار خود نیت می‌کند این باشد: خدایا! حق را برپا دار و باطل را نابود کن؛ یعنی پای چپ و راست را سمبلی از حق و باطل قرار دهد.

^۴. سوره‌ی مؤمنون، آیه‌ی ۱۴.

^۵. کلینی، کافی، ج ۳، ص ۳۲۱ و صدوق، من لا یحضره الفقیه، ج ۱، ص ۳۱۳ و حرّعاملی، وسائل الشّیعة، ج ۶، ص ۳۳۹.

^۶. طوسی، تهذیب الاحکام، ج ۲، ص ۷۷ و حرّعاملی، وسائل الشّیعة، ج ۶، ص ۳۰۵ و فیض کاشانی، وافی، ج ۸، ص ۷۰۷.

این نکته‌ی مهمی است که انسان به هر مقام از مقامات نماز که می‌رسد، باید آرام بگیرد. درست نیست که برخی با شتاب سر از سجده برمی‌دارند و دوباره به سجده می‌روند و نمی‌توانند خودشان را کنترل کنند. باید پس از سر برداشتن از سجده، بدن کاملاً آرام بگیرد. هریک از اینها موضع و مقامی است. بهره‌ی هر مقام را ببر، سپس از آن مقام منتقل شو.

جلسه‌ی بَيْنَ السَّجْدَتَيْنِ (نشستن بین دو سجده)، خود از مقامات بسیار بلند است. به تفسیر بواطن سجده که رسیدیم، ان شاء الله شرح آن را خواهیم گفت. چرا خودت را کم‌بهره می‌گذاری؟! سر از سجده که برداشتی، بنشین. بگذار بدن کاملاً آرام شود. زمانی - که بدن آرام گرفت؛ «الله اکبر» بگو، سپس استغفار کن: «أَسْتَغْفِرُ اللَّهَ رَبِّي وَ أَتُوبُ إِلَيْهِ».^۷ خدا می‌داند استغفار بین السَّجْدَتَيْنِ چه اقیانوس عظیمی است! به خاطر دارم یکی از علمای اهل معرفت به نام مرحوم آیت الله شیخ عبدالحسین طهرانی، درباره‌ی سر استغفار بین دو سجده، کتابی نوشته‌اند به نام "سر الاستغفار بین السَّجْدَتَيْنِ".^۸

بنابراین وقتی بین دو سجده‌ی اول و دوم، بدن شخص آرام گرفت، استغفار کند: «أَسْتَغْفِرُ اللَّهَ رَبِّي وَ أَتُوبُ إِلَيْهِ»؛ و افضل این است که بگوید: «اللَّهُمَّ اغْفِرْ لِي وَ ارْحَمْنِي وَ اجْبُرْنِي وَ اهْدِنِي - إِنِّي لِمَا أَنْزَلْتَ إِلَيَّ مِنْ خَيْرٍ فَقِيرٌ».^۹ خدایا! مرا ببخش؛ به من رحم کن؛ خراب‌کاری‌هایم را ترمیم و

^۷ کلینی، کافی، ج ۳، ص ۳۱۲ و حرّعاملی، وسائل الشیعة، ج ۵، ص ۴۶۰ و مجلسی، بحار، ج ۸۱، ص ۱۸۶.

^۸ عبدالحسین طهرانی، مصباح النجاة فی اسرار الصلاة و سر الاستغفار بین السَّجْدَتَيْنِ.

^۹ سوره‌ی قصص، آیه‌ی ۲۴.

جبران کن و مرا هدایت نما. من به آنچه از خیر که تو بر من فرو فرستی، نیازمند، تهیدست و فقیرم.

نمازگزار قبل از اینکه به سجده‌ی دوم برود، خوب است دوباره تکبیر، «الله اکبر»، بگوید و بعد به سجده‌ی دوم برود. سجده‌ی دوم را هم که به جا آورد و برخاست، دوباره تکبیر بگوید. اگر در رکعت دوم یا آخر نماز نیست که هنگام تشهد باشد؛ یعنی بعد از سجده‌ی دوم رکعت اول یا سوم نمازهای چهار رکعتی است، که باید برخیزد، قبل از قیام کردن، اول مقداری آرام بنشیند. بعضی‌ها را دیده‌ام، سر از سجده که بلند می‌کنند، پاهایشان به همان حالت نیم‌خیز بلند شدن است. نه؛ بنشین و بگذار بدن دوباره روی زمین مستقر شود. بعد قیام کن و بلند شو. بهره‌ی این منزل را ببر، بعد قیام کن و بلند شو.

مستحب این است که انسان در سجده‌ها صلوات بفرستد. صلوات عامل کمال‌بخش همه‌ی عبادات است. هر عبادت را که بخواهید تمام‌عیار شود و عیارش بالا بیاید، در اثنای آن صلوات بفرستید؛ چه رکوع باشد، چه سجده، چه قنوت یا هر عبادت دیگری.

مورد دیگر اینکه مستحب است انسان در سجده دعا کند و نیز مستحب است سجده‌ی خود را طولانی کند. البته به حدی طولانی که حالت خستگی و ملالت دست ندهد.

دعاهای زیادی هم برای سجده وجود دارد. بعضی از این دعاها مأثور است؛ یعنی دعاهایی است که از پیامبر و ائمه‌ی معصومین علیهم‌السلام روایت شده است. بعضی دیگر هم مأثور نیست؛ ولی دعاهای قشنگی است. و در سجده گفته می‌شود. خصوصاً در سجده‌ی آخر که غالباً

۱۰. کلینی، کافی، ج ۳، ص ۳۲۱ و مجلسی، بحار، ج ۸۲، ص ۱۳۷ و کفعمی، مصباح، ص ۱۷ و نوری، مستدرک، ج ۴، ص

نمازگزار بعد از ذکر سجده و تسبیحی که گفت و صلواتی که فرستاد، دعا می‌کند. مثلاً این عبارت از امام کاظم علیه السلام روایت شده است که حضرت در سجده این دعا را می‌کردند: «اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الرَّاحَةَ عِنْدَ الْمَوْتِ، وَ الْعَفْوَ عِنْدَ الْحِسَابِ»^{۱۱} خدایا! من از تو درخواست می‌کنم که جان دادم راحت باشد و هنگامی که برای رسیدگی به حساب در پیشگاه تو حاضر می‌شوم، تو مرا مورد عفو و بخشش خودت قرار دهی. این قسمت دعا از معصوم علیه السلام است، منتهی جمله دیگری هم به آن اضافه کرده‌اند و معمولاً اضافه بر دعای امام کاظم علیه السلام، «اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ التَّوْبَةَ قَبْلَ الْمَوْتِ» را هم می‌گویند. «اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ التَّوْبَةَ قَبْلَ الْمَوْتِ وَ الرَّاحَةَ عِنْدَ الْمَوْتِ وَ الْعَفْوَ عِنْدَ الْحِسَابِ». من هرچه در روایات گشتم، «وَ التَّوْبَةَ قَبْلَ الْمَوْتِ» را پیدا نکردم. شخص دیگری این عبارت را اضافه کرده است؛ ولی عیبی ندارد. یک درخواست است که: خدایا! من از تو می‌خواهم قبل از مردن موفق به توبه شوم؛ در موقع جان دادن راحت جان بدهم و هنگام رسیدگی به حساب هم مشمول عفو تو قرار بگیرم. یا مثلاً این دعا که من هیچ‌جا روایتی برای آن ندیده‌ام که نقل کرده باشند این دعا را در سجده بگویند: «يَا وَليُّ الْعَافِيَةِ؛ أَسْأَلُكَ [نَسْأَلُكَ]^{۱۲} الْعَافِيَةَ؛ عَافِيَةَ الدُّنْيَا وَ الْآخِرَةِ» ای صاحب عافیت و سلامت! از تو درخواست عافیت و سلامت می‌کنم؛ عافیت و سلامت دنیا و آخرت. این دعا مأثور نیست؛ یعنی از معصومین علیهم السلام نیست؛ اما طلب عافیت کردن دعای خوبی است. یا مثلاً «يَا لَطِيفُ! إِزْحَمْ عَبْدَكَ الضَّعِيفَ» ای خدایی که سراپا لطف و مرحمتی! این بنده‌ی ضعیف خود را مورد مرحمت و رحمت قرار بده. یا «يَا مَنْ لَهُ الدُّنْيَا وَ الْآخِرَةُ إِزْحَمْ مَنْ لَيْسَ لَهُ الدُّنْيَا وَ

۱۱. کلینی، کافی، ج ۳، ص ۳۲۳ و مجلسی، بحار، ج ۸۳، ص ۲۱۷ و طوسی، تهذیب الاحکام، ج ۲، ص ۳۰۰.

۱۲. چه به شکل مفرد آن، و چه به شکل جمع.

الْآخِرَةَ» ای خدایی که دنیا و آخرت از آن توست! به کسی که نه دنیا دارد و نه آخرت، رحم کن و او را مورد رحمت خود قرار بده. من هرچه جستجو کردم، این دعاها را در روایات ندیدم، لافل بنده تا حالا پیدا نکرده‌ام. اینها دعاهایی است که بزرگانی به زبان آورده‌اند و چیزهای قشنگی هم هست.

دعاهای دیگری هم برای حال سجده وجود دارد، که از ائمه علیهم‌السلام وارد شده است. البته نه سجده‌ی نماز، ولی می‌توان در سجده‌ی نماز هم گفت. مثل این دعاها: «عَبِيدُكَ بِفَنَائِكَ» خدایا! این بنده‌ی کوچک تو («عَبِيدُكَ» مُصَغَّرٌ «عَبْدٌ» است؛ یعنی این بنده‌ی کوچک تو) در درگاه تو قرار دارد و در آستان توست. «مَسْكِينُكَ بِفَنَائِكَ» این بنده‌ی مسکین و سراپا مسکنت تو در درگاه توست. «فَقِيرُكَ بِفَنَائِكَ» این بنده‌ی فقیر و نیازمند تو در درگاه توست. «سَائِلُكَ بِفَنَائِكَ» این بنده‌ی سائل و درخواست‌کننده‌ی از تو در درگاه توست. «يَسْأَلُكَ مَا لَا يَقْدِرُ عَلَيْهِ غَيْرُكَ»^{۱۳} از تو چیزی را درخواست می‌کند که غیر تو قادر بر آن نیست. این هم ذکر قشنگی است، که انسان در سجده بگوید. یا همین دعایی که از امام سجّاد علیه‌السلام برای شب بیست و هفتم ماه مبارک رمضان نقل شده است. قشنگ است انسان این را هم در سجده بگوید: «اللَّهُمَّ ارْزُقْنِي التَّجَافِي عَنْ دَارِ الْغُرُورِ وَ الْإِنَابَةَ إِلَى دَارِ الْخُلُودِ وَ الْإِسْتِعْدَادَ لِلْمَوْتِ قَبْلَ خُلُوقِ الْقُوْتِ»^{۱۴}. همین‌طور می‌تواند این دعا را بگوید که در روایات با نام دعای رزق از آن یاد شده است: «يَا خَيْرَ الْمُسْتَوِلِينَ وَ يَا خَيْرَ الْمُعْطِينَ» ای نیکوترین درخواست‌شونده و ای بهترین

^{۱۳} مجلسی، بحار، ج ۹۶، ص ۱۹۵ و سیدبن طاووس، فلاح السائل، ص ۱۸۲ و حلوانی، نزهة الناظر، ص ۱۵۰.

^{۱۴} سیدبن طاووس، اقبال الاعمال، ج ۱، ص ۲۲۸ و مجلسی، بحار، ج ۹۵، ص ۶۳ و محدث قمی، مفاتیح الجنان،

اعمال شب بیست و هفتم ماه رمضان.

عطاکنندگان! «أَرْزُقْنِي وَارْزُقْ عِيَالِي مِنْ فَضْلِكَ الْوَاسِعِ فَإِنَّكَ ذُو الْفَضْلِ الْعَظِيمِ»^{۱۵} به من روزی بده؛ به خانواده، عیال و عائله‌ی من هم از خزانه‌ی فضل گسترده و وسیع خودت روزی بده. چراکه تو صاحب فضل و بخشش عظیمی. اینها نمونه‌هایی از دعاهایی بود که می‌توان در سجده بیان کرد. لازم هم نیست سجده‌ی آخر نماز باشد. در همه‌ی سجده‌ها می‌توان دعا کرد. کم‌اینکه در رکوع هم می‌توان دعا کرد.

در بحث ذکرهای قنوت خدمت عزیزان عرض کردم که نماز صبحتان را امام زمانی کنید و در قنوت آن دعای بر امام زمان ارواحنا فداه را قرار بدهید. در آخرین سجده‌ی نماز هم، که دومین سجده‌ی آخرین رکعت است، بسیار خوب است انسان لااقل در بعضی از نمازها، خصوصاً نماز صبح، این ذکر را بگوید: «يَا رَبَّ الْحُسَيْنِ! بِحَقِّ الْحُسَيْنِ، إِشْفِ صَدْرَ الْحُسَيْنِ، بِظُهُورِ الْحُجَّةِ» ای خدای حسین علیه السلام! تو را سوگند می‌دهم به حق امام حسین علیه السلام، که قلب و سینه‌ی سوخته‌ی امام حسین علیه السلام را که داغ‌های فراوانی متحمل شد، با ظهور امام عصر ارواحنا فداه مرحم بگذاری و شفا دهی.

هنگامی که نمازگزار خواست بایستد و برای رکعت بعد نماز قیام کند، مستحب است بگوید: «بِحَوْلِ اللَّهِ وَ قُوَّتِهِ آقَوْمٌ وَ أَقْعُدُ»^{۱۶} من با حول و قوه‌ی الهی برمی‌خیزم و می‌نشینم؛ یعنی این خودم نیستم؛ هم حول من (هیئت ظاهری‌ام) و هم قوه‌ی من (نیروی درونی‌ام) مال خداست. من کاره‌ای نیستم و این نشستن و برخاستن را منتسب به خودم نمی‌دانم.

^{۱۵}. کلینی، کافی، ج ۲، ص ۵۵۱ و حرّعاملی، وسائل الشّیعة، ج ۶، ص ۳۷۲ و محدّث قمی، مفاتیح الجنان، ادعیه‌ی رزق.

^{۱۶}. کلینی، کافی، ج ۳، ص ۳۳۸ و حرّعاملی، وسائل الشّیعة، ج ۶، ص ۳۶۳ و مجلسی، بحار، ج ۸۲، ص ۱۸۳.

یا بگوید: «بِحَوْلِكَ وَ قُوَّتِكَ أَقُومُ وَ أَقْعُدُ»^{۱۷} خدایا! من با حول و قوه‌ی توست که برمی‌خیزم و می‌نشینم. اگر هم خواست، اضافه کند: «وَ اَزْكَعُ وَ اَسْجُدُ» با حول و قوه‌ی توست که من رکوع می‌کنم و سجده به جا می‌آورم.

همین جا این نکته را اشاره کنم، شاید بعداً کمی مشروح‌تر عرض کردم. غیر از سجده‌ای که در نماز داریم، خود سجده یک عبادت مستقل است. کسی نماز نمی‌خواند؛ ولی به سجده می‌رود و در پیشگاه حق متعال سجده می‌کند. خدا می‌داند سجده‌ی شکر چه فضیلت‌هایی دارد! که وقتی انسان نعمتی از نعمت‌های الهی و لطفی از الطاف الهی را به یاد آورد، سر به سجده و پیشانی بر خاک بگذارد و خدا را شکر کند و بعد از اینکه پیشانی را بر سجده گذاشت؛ حدّ اقل سه بار بگوید: «شُكْرًا لِلَّهِ؛ شُكْرًا لِلَّهِ؛ شُكْرًا لِلَّهِ»^{۱۸}؛ یا صدبار بگوید: «شُكْرًا؛ شُكْرًا؛ شُكْرًا...»^{۱۹}. سپس پیشانی را بردارد؛ گونه‌ی راست خود را روی خاک بگذارد و شکر کند. بعد گونه‌ی چپش را روی خاک بگذارد و شکر کند و سپس مجدداً پیشانی را بر خاک بگذارد. آداب و ترتیبات به جا آوردن سجده‌ی شکر بحث خیلی زیبا و مفصّلی است و آثار عجیب نورانی‌یی برای آن روایت شده است؛ که اگر خدا توفیق دهد، در فرصتی به آنها هم اشاره می‌کنیم.

^{۱۷}. وسائل الشیعة، ج ۶، ص ۳۶۲ و مجلسی، بحار، ج ۸۲، ص ۱۸۳ و طوسی، تهذیب الاحکام، ج ۲، ص ۸۶ و طوسی، تهذیب-

الاحکام، ج ۲، ص ۸۸.

^{۱۸}. حرّعاملی، وسائل الشیعة، ج ۷، ص ۶ و مجلسی، بحار، ج ۸۳، ص ۱۹۸ و صدوق، علل الشرایع، ج ۲، ص ۳۶۰.

^{۱۹}. بهائی، مفتاح الفلاح، ص ۲۵۰ و مفید، المقنعة، ص ۱۴۰.

سجده‌های واجب قرآن هم در چهار سوره قرار دارند. در هریک از این سوره‌ها آیه‌ای وجود دارد، که اگر شخص دیگری آیه را بخواند و انسان همان لحظه که او می‌خواند، بشنود؛ وجوب سجده کردن برایش قطعی می‌شود؛ اما گاهی کسی قبلاً آیه را خوانده است و صدای او را ضبط کرده‌اند و الآن نوار یا فایل صدای او را پخش می‌کنند؛ در این هنگام وجوب سجده کردن قطعی نیست و بعضی از مراجع واجب نمی‌دانند؛ ولی وقتی فرد زنده‌ای همین الآن می‌خواند و صدای او شنیده می‌شود؛ یا مثلاً در تلویزیون یا رادیو می‌خواند و صدای او پخش زنده می‌شود؛ یا اینکه همین جا حاضر است و قرآن می‌خواند و به این آیه‌ها رسیده است؛ کسی که آنها را بشنود، یا کسی خودش آنها را بخواند، واجب است سجده کند. این چهار آیه در چهار سوره‌ی «نجم»، «اقرأ» یا «علق»، «الم؛ تنزیل» یا «سجده» و «حم سجده» یا «فصلت»، قرار دارند.^{۲۰} خواندن این سوره‌ها در نماز بعد از سوره‌ی حمد جایز نیست؛ چون اگر نمازگزار به آن آیه برسد، واجب است سجده کند و اگر سجده کرد، نمازش به‌هم خورده است. بنابراین حق ندارد آن چهار سوره را در نماز، بعد از سوره‌ی حمد بخواند.

در قرآن یازده سجده‌ی مندوبه یا مستحب هم داریم؛ که در سوره‌های دیگر قرار دارند. در قرآن‌هایی که چاپ می‌شود، کنار آن آیات هم می‌نویسند: "سجده". اگر دقت می‌شد که همه را به یک شکل نمی‌نوشتند و سجده‌ی مندوبه را از سجده واجب تفکیک می‌کردند، بهتر بود؛ ولی در حال حاضر چون این قرآن‌هایی که وجود دارد غالباً شبیه قرآن‌هایی

^{۲۰}. آیات ۶۲ سوره‌ی نجم؛ ۱۹ سوره‌ی علق؛ ۱۵ سوره‌ی سجده و ۳۸ سوره‌ی فصلت.

است که در کشورهای اهل سنت چاپ می‌شوند؛ معمولاً فقط همان "سجده" را می‌نویسند و علامت یک محراب را در پایان آیه‌ای که باید پس از آن سجده شود، چاپ می‌کنند؛ ولی سجده‌ی مستحب را از سجده‌ی واجب تفکیک نکرده‌اند. اجمالاً بدانید در قرآن جمعی پانزده سجده‌ی واجب و مستحب وجود دارد که یازده تا از آنها سجده‌ی مندوبه یا مستحب است و چهارتای آنها سجده‌ی واجب.



از خدای متعال می‌خواهیم ما را از قائمان، راکعان و ساجدان حقیقی قرار بدهد؛ توفیق نیل به حقیقت قیام، رکوع و سجود را نصیب همه‌ی ما فرماید و ما را از مصلین راستین قرار دهد؛ به برکت صلوات بر محمد و آل محمد صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ

اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَآلِ مُحَمَّدٍ وَعَجِّلْ فَرَجَهُمْ