

سرشناسه	:	صلواتی، محمود، ۱۳۳۲ -
عنوان: قراردادی	:	دعاهای ماه رمضان، فارسی - عربی
عنوان و نام پدیدآور	:	سی گام خودسازی: بر پایه دعاهای روزانه ماه مبارک رمضان / محمود صلواتی.
مشخصات نشر	:	قم: تولمندان، ۱۳۹۷.
مشخصات فیزیکی	:	۹۶ص.؛ ۲۱×۵/۱۴/س.م.
شابک	:	۸۰۰۰۰ ریال : 978-600-99808-8-8
وضعیت فهرست نویسی	:	فیا
پادداشت	:	کتابنامه.
موضوع	:	دعای ماه رمضان
موضوع	:	Prayers of Ramadan
موضوع	:	خودسازی -- جنبه‌های مذهبی -- اسلام
موضوع	:	Self-actualization (Psychology) -- Religious aspects -- Islam
موضوع	:	قرآنی -- جنبه‌های قرآنی
موضوع	:	Self-actualization (Psychology) -- Qur'anic teaching
موضوع	:	روزه (اسلام) -- فلسفه
موضوع	:	Fasting -- Religious aspects -- Philosophy
رده بندی کنگره	:	BP۲۷۰ / ۸۰۴۱ ۱۳۹۷
رده بندی دیویی	:	۲۹۷/۷۷۴
شماره کتابشناسی ملی	:	۲۸۰۵۷۹۵

اللهم

اللَّهُمَّ ارْزُقْنِي سِتْرًا عَنِ دَارِ الْغُرُورِ
وَالْإِنَابَةَ إِلَى دَارِ الْخُلُودِ
وَالْأَسْتِعَاذَةَ لِلْمَوْتِ
قَبْلَ حُلُولِ الْقُوْتِ !

بارخدايا !

دل برکندن از سرای کژمدار
و بازگشت به سوی سرای ماندگار
و آمادگی برای مردن
پیش از فرارسیدن زمان رفتن را روزیم فرما.

۱. روایت است امام زین العابدین (ع) پیوسته این دعا را می خواند. *الغیال الاعمال*، ۲۲۸، بحار الانوار، ۶۳/۹۵
مفاتیح الجنان، اعمال شب بیست و هفتم رمضان.



انتشارات توانمندان
Tawmendan Publications

سی گام خودسازی: بر پایه دعا‌های روزهای مبارک رمضان

پدیدآورنده: محمود صلواتی

نوبت چاپ: اول، بهار ۱۳۹۷

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۹۸۰۸-۸-۸

حروف‌نگار و صفحه‌آرا: وجیه عظیمیا

ناشر: توانمندان؛ با همکاری انتشارات مبارک

شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه قیمت: ۸۰/۰۰۰ ریال

توانمندان: قم، بلوار محمدامین، خیابان گلستان، کوچه ۱۱، پلاک ۴، دفتر فرهنگ معلولین

تلفن: ۰۲۵-۳۲۹۱۳۴۵۲ فکس: ۰۲۵-۳۲۹۱۳۵۵۲ همراه: ۰۹۱۲۵۵۲۰۷۶۵

www.HandicapCenter.com , info@handicapcenter.com

مراکز بخش:

- انتشارات مبارک: قم، خیابان صفائیه، کوچه ممتاز، پلاک ۷۵، ۰۲۵-۳۷۷۴۹۱۱۴، ۰۹۱۳۳۲۸۹۰۵۳

- اصفهان، بلوار اشرفی اصفهانی، نبش کوچه ۴۷، مجموعه فرهنگی موسی بن جعفر، ۰۳۱-۳۳۶۳۳۸۱۱

فهرست

- ۷..... سخن اشرف
- ۹..... استغفار
- ۱۳..... مراتب روزه داری
- ۱۵..... سام اول: تنبیه (توبه)
- ۱۷..... گام دهم: توبه (خداجویی)
- ۱۹..... گام سوم: توبه (هوشیاری و اندیشه ورزی)
- ۲۱..... گام چهارم: استغفار (با ان خواهی)
- ۲۳..... گام پنجم: استغفار (امرزش خراهی)
- ۲۷..... گام ششم: توبه (معصیت)
- ۲۹..... گام هفتم: تذکر (یادآوری)
- ۳۳..... گام هشتم: تعهد (مسئولیت پذیری)
- ۳۴..... گام نهم: تفویض (به خدا واگذاری)
- ۳۶..... گام دهم: توکل (با خدا دل آرامی)
- ۳۸..... گام یازدهم: تبئل (پلیدی گریزی)
- ۴۱..... گام دوازدهم: تزین (آراستگی)
- ۴۳..... گام سیزدهم: صبر (شکیبایی)
- ۴۵..... گام چهاردهم: مراقبه (خود نگهبانی)
- ۴۸..... گام پانزدهم: شرح صدر (سینه گشودگی)
- ۵۰..... گام شانزدهم: مراقبه (همراه نیک گزینی)
- ۵۳..... گام هفدهم: عمل صالح (شایسته کرداری)
- ۵۶..... گام هجدهم: مقام جمع (وحدت طلبی)
- ۵۸..... گام نوزدهم: رجا (امیدواری)
- ۶۰..... گام بیستم: سکینه (آرامش خواهی)

۶ سی گام خودسازی

- گام بیست و یکم: وَزَع (پرهیزگاری) ۶۳
- گام بیست و دوم: رِضَا (چهره گشودگی) ۶۵
- گام بیست و سوم: تَوْبَةُ (پیراستن از آلودگی) ۶۸
- گام بیست و چهارم: اسْتِعَاذَةُ (به خدا پناهندگی) ۷۰
- گام بیست و پنجم: مَحَبَّت (مهرورزی) ۷۳
- گام بیست و ششم: طَمَأْنِينَةٌ (آرامش خواهی) ۷۵
- گام بیست و هفتم: دَرَكُ شَبِّ قَدَر (شب ارزش یابی) ۷۸
- گام بیست و هشتم: حَضُور (پرده براندازی و باریابی) ۸۱
- گام بیست و نهم: فَنَاءُ فِي الْاَلَه (وارستگی و رهایی) ۸۳
- گام سی ام: بِسْمِ اللّٰهِ (خدا جاودانگی) ۸۶
- دعاهای روزهای ماه مبارک رمضان ۸۹

سخن ناشر

دعا را اسلام به عنوان وسیله و راهی برای ارتباط و نزدیک شدن به معبود معرفی شده است. هر انسانی با استفاده از این وسیله می‌تواند با پروردگارش خودش خلوت کرده و راز و نیاز و گفتگو کند. حتی لازم نیست با خواندن متن ادعیه مأثور و به روش رسمی با خدا گفت‌وگو کند بلکه می‌تواند به زبان خود و خیلی خودمانی با خدا نجوا نماید. اما ادعیه مأثور کلاس درس و نمونه‌هایی است که شیوه درست ارتباط با خداوند را نشان می‌دهند.

در دوره جدید که زندگی ماشینی مدرن بر بشر چیرگی یافته و رسانه‌ها پیوسته به گونه‌ای مادیت و گرایش به مادی‌گرایی زندگی مادی را القاء می‌کنند و انسان‌ها در زوایای روح و روان، خویشتن را برتاب شده در فضا و بدون تکیه‌گاه می‌یابند؛ در چنین شرایطی دعا مهمترین درمان برای آلام انسان است، روح و روان آدمی را تغذیه می‌کند، شادابی و طراوت به زندگی خشک مادی می‌بخشد و بالاخره تکیه‌گاه مطمئن به او نشان می‌دهد.

دعا برای اقشار آسیب‌مند و گرفتار که فریادرسی جز خدا ندارند؛ و مگر باب رحمت و مهر پروردگار همه درها را به روی خود بسته می‌بینند بسیار راهگشا و کارگشا است.

حجت الاسلام والمسلمین محمود صلواتی پدیدآورنده این کتاب، از پژوهشگران برجسته حوزه علمیه است که کتاب نهج العبادة ایشان در دوازدهمین همایش کتاب سال حوزه علمیه قم برگزیده شده است.

جناب آقای صلواتی در این کتاب دعاهای ماه مبارک رمضان را با قلم روان و ادبیات زیبا و آسان توضیح داده و گام‌هایی را در جهت بهره‌مندی بیشتر از ماه مبارک رمضان ترسیم نموده تا قشرهای مختلف و ویژه افراد دارای مصائب و مشکلات و حاجتمندان به راحتی از آن بهره‌مند گردند.

www.Ketab.ir

پیشگفتار

● بی‌شک، بسیار نازنین و بی‌زگی روزه ماه مبارک رمضان، تصفیه‌ی نفس، تقریب به خدا، تلاش در راه خودسازی است؛ چنان‌چه از پیامبر خدا (ص) روایت است که فرمود: «الصوم نصف الصبر»^۱ «روزه نیمی از صبر است» و خداوند تعالی فرمود: «انما یوفی الصابرون أجرهم بغير حساب» (زمر: ۱۰)؛ و در جای دیگر از «روزه» به «سپر»ی تعبیر شده که در میدان کارزار برای دفع ضربات دشمن کارساز است. هم‌چنین، از پیامبر اکرم (ص) روایت شده است که فرمود: «الصوم جنة من النار»^۲ «روزه سپر آتش است». از امام صادق (ع) نیز روایت شده است که در تفسیر آیه‌ی شریفه‌ی «استعینوا بالصبر» فرمود: مراد از «صبر»، «روزه» است.^۳ در واقع بالاترین و والاترین روزه‌ها از نظر ثواب و پاداش، روزه‌ی ماه مبارک رمضان است؛ چنان‌که در روایت از پیامبر اکرم (ص) نقل شده است که فرمود: «هر کس ماه رمضان را در روزی ایمان و خویشتن‌داری و مراقبت از گوش و چشم و زبان خود روزه بدارد، خدا روزه‌اش را می‌پذیرد، گناهان گذشته و آینده‌اش را می‌آمرزد

۱. احمد بن حنبل، مستدرک احمد، ج ۴، ص ۲۶۰؛ در بیهقی نیز آمده است: «الصيام نصف الصبر».

۲. ابن بابویه قمی، الفقیه، ج ۲، ص ۷۴.

۳. شیخ کلینی، الکافی، ج ۴، ص ۶۳.

و پاداش شکیبایان به او می‌بخشد».^۱

اگر در روزه چیزی جز صعود انسان از مرتبه‌ی حیوانی به مقامات والا و تشبیه به فرشتگان نباشد، همین در فضیلت آن کافی است. روزه مبارزه با نفس و بازداشتن خویش از اشباع غریزه‌ها و خواسته‌های نفسانی است و این برخلاف دیگر فرایض، عملی درونی و پنهانی است که کسی جز خدا از آن آگاه نیست. انسان با روزه‌داری و تحمل گرسنگی، به گه‌نگه‌ای با شیطان به مبارزه برمی‌خیزد و با پرهیز از خوراک و شهوات، راه ورود شیطان را می‌بندد؛ از این روست که روزه، سپر آتش قلمداد شده است.

ما در این نوشتار با الهام از دعاهای روزانه‌ی ماه مبارک رمضان، که از مضامین بسیار ژرف و والایی برخوردار است، گام‌هایی را ترسیم کرده‌ایم^۲ و با استناد به آیات و روایات نوشته‌ها و رهنمودهای علمای اخلاق، به ویژه کتاب منازل السائرین، کتاب صد میدان و دیگر آثار عارف وارسته خواجه عبدالله انصاری،^۳ بی‌حاشی را بازگفته‌ایم که خوانندگان را برای استفاده‌ی معنوی هر چه بیشتر از ماه مبارک رمضان یاری می‌رساند و هر یک از این سی‌گام، روند، آنگام است و یابنده را مقام^۳. بدین امید که مورد استفاده اهل بصیرت و راجویان

۱. شیخ حرّ عاملی، وسائل الشیعه، ج ۱۰، ص ۱۶۴: «من صام شهر رمضان ایمانا واحسانا وكف سمعه وبصه ولسانه عن الناس قبل الله صومه وغفر له ما تقدم من ذنبه وما تأخر واعطاء ثواب الصابرين».

۲. این دعاها در کتاب مفتاح الجنان مرحوم حاج شیخ عباس قمی به نقل از زاد المعاد مرحوم علامه مجلسی به نقل از ابن عباس از پیامبر اکرم (ص) روایت شده است. علاقمندان برای آگاهی بیشتر به: الهدایا سنن/ ۲۱۶، مصباح کفعمی/ ۶۱۲ و زاد المعاد/ ۱۲۴ مراجعه فرمایند.

۳. خواجه عبدالله برای سلوک از هزار مقام سخن گفته که در صد میدان باید پیبود. نخستین میدان توبه است و آخرین میدان مقام.

معرفت قرار گیرد و ذخیره‌ای برای روزی که مال و فرزندان به کار نمی‌آید باشد.^۱

و ما توفیقی الا بالله علیه توکلت والیه انیب.

محمود صلواتی

فروردین ماه ۱۳۹۷ ه. ش.

غزالی از مقامات، تحت عنوان منجیات سخن گفته و ده چیز را موجب رستگاری و نجات دانسته و توبه، صبر، خوف، رجاء، توحید، توکل، انس و فکر را از آن جمله بر شمرده است. عطار از کسب ملکات اخلاقی، با عنوان هفت شهر عشق بدینگونه یاد کرده است:

هست وادی طلب آغاز کار وادی عشق است از آن پس بی‌کنار

برهم وادی است آن از معرفت هست چهارم وادی استغنا صفت

هست پنجم وادی توحید پاک پس ششم وادی حیرت صعیناک

هفتمین وادی فقر است و فنا بعد از آن راه و روش نبود سو را

(عطار، فریدالدین، منطق‌الطیر/ ۲۱۴)

۱. پیش‌نویس مطالب این مجموعه در رمضان المبارک ۱۴۳۰ق برای سخنرانی در مجموعه فرهنگی موسی بن جعفر (ع) شهرستان خمینی شهر اصفهان تهیه گردید و با اندکی ویرایش در رمضان المبارک ۱۴۳۱ق به صورت روزانه - هر روز یک گام - بر روی برخی سایت‌های اینترنتی قرار گرفت و اکنون در آسانه رمضان ۱۴۳۹ق/ بهار ۱۳۹۷ش با ویرایشی نوین به صورت کتاب در اختیار علاقمندان قرار می‌گیرد. از پژوهشگران انتظار می‌رود بر خطاهای آن دیده‌فروپوشند و با نکته‌سنجی‌های عالمانه خویش بر غنای آن برای چاپ‌های بعد بیفزایند.