

هفت گام تا حضور

<?xml encoding="UTF-8?">

چگونه از فرصت ماه رمضان، بهره بیشتر ببریم؟

بزرگان، پیوسته ماه شعبان را مقدمه ورود به «ضیافه الله» در ماه رمضان دانسته اند.

از این رو، کسب آمادگیهای فکری و روحی برای درک هر چه بیشتر فیض معنوی از این «مهمانی خدا»، لازم است.

برنامه ریزی برای استفاده از این فرصت ناب، ضروری است و اینکه چه باید کرد؟

چه می توان کرد؟ چه کاری بهتر و با فضیلت تر است؟ سؤالاتی است که برای یک مؤمن دل آگاه مطرح است. در

این نوشته، با گوشه هایی از «آداب بهره وری بهتر از ماه رمضان» آشنا می شویم:

1 - خودسازی

همه برنامه های دینی برای تربیت نفس و تهذیب اخلاق و الهی شدن و وارسته گشتن است. ماه مبارک رمضان، فرصتی مناسب برای چنین کاری است. کنترل امیال و خواسته ها، مهارزدن بر غرایز طوفانی و خشمها و شهوتها و تمنیات نفسانی از آن جمله است. یافتن حالات روحانی و معنوی در توجه بیشتر به عبادت و نیایش و ذکر، ثمره درک فیض این ماه است. «توبه»، برنامه مهم دیگری است که در این ماه می توان داشت و از گناهان پاک شد و «استغفار» و «احیاء» در «شبهای قدر» را وسیله آن قرار داد.

کسانی که هشیار و بصیر باشند، رمضان را فرصتی برای یک «تحول اخلاقی و روحی» در زندگی خویش قرار می دهند. رسول خدا (ص) نیز در «خطبه شعبانیه» بر محورهای عمده ای در پیشواز از ماه رمضان تاکید فرمود که مسائل اخلاقی و دوری از گناه و انجام وظایف در قبال خدا و مردم و عبادات شرعی از جمله آنهاست.

2 - دین شناسی

آشنایی با معارف دینی، چه در حیطه مباحث اعتقادی، چه اخلاقی و تربیتی و اجتماعی، برای یک مسلمان، بخصوص «جوان»، ضروری است. برای تامین این «نیاز»، همه ایام و فصول سال مناسب است، ولی حال و هوای ماه مبارک و برنامه های تبلیغی و معارفی که در مساجد و منابر و جلسات و رسانه های عمومی و مدارس و ... فراهم می شود، ویژگی خاصی دارد.

باید کوشید تا رمضان را به یک «کلاس معارف» تبدیل کرد. در جلسات و سخنرانیهای شرکت کرد که بار معارفی بیشتری دارد. نوع مطالعات را باید بر اساس این هدف، تنظیم و برنامه ریزی کرد. بدون آگاهی عمیق از مبانی مکتبی و پایه های دین، جوانان عزیز در معرض شبهه آفرینیها و القاءات سوء دشمنان قرار می گیرند و چه بسا شبهه پراکنی های مغرضان، میان نسل جوان و مکتب فاصله بیندازد.

از این رو، باید یکی از برنامه های ماه مبارک رمضان را تقویت «معرفت شناسی» در حوزه معارف اسلام و مباحث عقیدتی قرار داد. دست اندرکاران مجالس و محافل و برنامه ریزی های دینی نیز باید بکوشند تا از این فرصت ناب،

بهره‌وری بیشتری داشته باشند و تدبیر و درایت و نوآوری را در «پربر» ساختن اینگونه مجالس و مراسم، در نظر بگیرند.

3 - آموزش احکام

هر چند «احکام» و «مسائل فقهی» نیز بخشی از «دین» است و در فصل گذشته که به دین‌شناسی اشاره شد، می‌گنجد، اما به لحاظ اهمیت آن جداگانه طرح می‌گردد.

یک مسلمان مکتبی، باید متعبد و متشرع باشد، یعنی برای هر عمل خود، در ریزترین برنامه‌های روزانه و تکالیف فردی، تا مهمترین وظایف اجتماعی و عمومی، «حجت» داشته باشد و عمل بر طبق «فقه» کند.

شناخت حلال و حرام الهی و واجبات و تکالیف و نحوه صحیح انجام وظایف عبادی و عبادات و معاملات و معاهدات و ... «آشنایی با احکام» را می‌طلبد. «مساله دانی» برای یک مسلمان، هم لازم است، هم مایه آبرو و امتیاز است.

در ماه رمضان، فرصتی پیش می‌آید تا بخشی از احکام شرعی و فقهی (و عمدتاً بر محور نماز و روزه) طرح شود. اشخاصی مساله می‌گویند. خود مسلمانان روزه دار هم به فراگیری احکام، بیشتر رغبت نشان می‌دهند.

از این جهت، از موقعیت ماه رمضان باید استفاده کرد و برای مساله‌آموزی، آن هم نه فقط بر محور احکام روزه و مبدلات آن، بلکه در قلمرو گسترده‌ای از احکام که در زندگی فردی و اجتماعی با آن مواجهیم، تلاش کرد.

آنان هم که کار تبلیغی و سخنرانی و برنامه‌های فرهنگی دارند، بجاست که سهمی و بخشی از وقت و برنامه را به این امر اختصاص دهند. متأسفانه در میان اقشار مختلف مردم، کسانی که با مسائل شرعی آشنایی کافی و لازم را ندارند، کم نیستند. بعضی به دلیل عدم احساس لزوم، و بعضی به خاطر شرم و حیا از پرسیدن و یاد گرفتن، در پی این آشنایی نمی‌روند. تکلیف واعظان و مربیان و مجلس‌گردانان سنگین است. شایسته است که «آموزش احکام» را، آن هم با شیوه‌های جدیدتر و جذاب، در برنامه‌های خود بگنجانند. قبل از آغاز هر برنامه، گفتن و شنیدن چند مساله، بسیار مفید می‌تواند باشد.

4 - احیای مساجد

احیای واقعی آن به این است که مرکزی برای عبادت و آموزش و تهذیب نفوس و آگاهی بخشی اجتماعی و سیاسی و جذب جوانان به دین و خدا و اهل بیت (ع) باشد.

چنین هدفی، نظارت و دقت در برنامه‌های محتوایی مساجد از یک سو و نظافت و مجهز بودن و فضای دوست‌داشتنی و پرجاذبه مساجد از سوی دیگر، و نحوه برخورد مطلوب و جاذب با مردم، بویژه جوانان و نوجوانان از سوی سوم را می‌طلبد.

«هفته غبارروبی مساجد» که در آستانه فرا رسیدن ماه رمضان برگزار می‌شود، هر چند گرد و غبار غربت، از سیمای مساجد می‌زداید و ورود به آن را برای جوانان، مطلوب‌تر می‌سازد، ولی این تنها یک گوشه از کار است.

برای جذب جوانان به این کانونهای معنویت، باید جاذبه به حدی باشد که بتواند کشش جوانان را به مراکز تفریحی و احیانا فساد، کاهش دهد و «شوق بندگی» در آنان بیافریند. این خواسته، بخشی از طریق رفتارهای پسندیده و شوق انگیز دست‌اندرکاران مساجد تامین می‌شود (اعم از رفتار خادم، متولی، هیات امناء، مؤذن، پیشنماز و ...) و بخشی از راه نظم کارها و نظافت حیاط و دستشویی و وضوخانه و فضای مسجد و فرشها و موکتها و کفش‌داریها

و ... به دست می آید، بخشی نیز، در گرو برنامه های متنوع و آموزنده و کلاسهای سودمند و خدمات مختلف و جلسات پربار و سخنرانیهای پرمایه است، و بالاخره، قسمتی هم در سایه جاذبه های برنامه های جنبی و فوق برنامه و مسابقات و کتابخانه و نمایش فیلم و برگزاری نمایشگاه و ارائه کتاب و نوار امانی و ... به دست می آید. ماه رمضان، بطور طبیعی فصل حضور بیشتر مردم بویژه جوانان در مساجد است. از این فرصت باید بیشتر استفاده کرد و بر جاذبه های مسجد افزود و رمضان مسجدها و مسجد رمضانها را پربار و زنده ساخت و به عمران معنوی و آبادی محتوایی مساجد افزود.

5 - انس با قرآن

اهل دل، پیوسته با قرآن مانوس و همدم اند و با خواندن و تدبر در آیات الهی، جان را در زلال این «چشمه یقین» و «نور هدایت» شستشو می دهند.

ماه رمضان که فصل روشندلی و صاحب دل گشتن است، انس بیشتر با کلام الله را می طلبد.

جلسات قرآنی در این ماه، بیش از مواقع دیگر است. در خانه ها، مغازه ها، مدرسه ها و مسجدها نیز قرآن خوانی و «تلاوت»، بیشتر رواج دارد. به تعبیری دیگر رمضان، بهار قرآن است. بعضی مقیدند حداقل یک بار در این ماه، قرآن را ختم کنند و با روزی یک جزء تلاوت، در این ماه قرآن را تا آخر می خوانند. برخی هم که توفیق بیشتر دارند، چندین بار ختم قرآن می کنند.

شبهای نورانی این ماه، فرصتی برای انس با قرآن است. جلسات قرآن در مساجد محل و منازل، زمینه این مانوس شدن را فراهم می سازد. هم خودمان انس بگیریم، هم کودکان و نوجوانان را انس بدهیم.

برگزاری کلاسهای آموزش قرآن نیز در این ماه، رونق بسزایی دارد. آنان که هنوز نمی توانند قرآن بخوانند یا در این مساله ضعف دارند، در این ماه برای فراگیری روخوانی قرآن تلاش بیشتری کنند.

آنان هم که توان «تدریس» دارند، در محله و مسجد، کلاس برگزار کنند و نوجوانان را سر سفره پر نعمت وحی بنشانند و برای خود، باقیات الصالحاتی باقی بگذارند.

نوار تلاوت روزانه یک جزء از قرآن که از رادیو پخش می شود، فرصت مناسب دیگری است که افراد آن را گوش دهند و اگر مجال یا زمینه مناسب برای قرائت ندارند، دست کم با شنیدن آن تلاوت، روزی یک ساعت و همنوایی با آن، به پیدایش این انس، کمک کنند.

هر روز نیز برنامه «تفسیر قرآن» از رادیو پخش می شود. گوش سپردن به این برنامه روزانه نیز بسیار مفید است.

6 - همدلی با محرومان

رمضان، فرصتی برای چشیدن طعم گرسنگی و تشنگی و محرومیت است. روزه داران، با اراده و اختیار، از داشته ها نمی خورند و نمی آشامند. ولی برخی هم ندارند تا بخورند و در حسرت برخی غذاها و میوه ها به سر می برند. از فلسفه های تشریع روزه، یکی هم توجه به نیازها و محرومیتهای مسکینان و ناتوانان اقتصادی است. کمک به مستمندان و «اطعام» گرسنگان و «افطار» دادن به روزه داران، بخصوص در این ماه شریف فضیلت بیشتری دارد. افطار دادن، باید بگونه ای باشد که رنج ناداری و غصه مسکنت و بینوایی را از دل تهیدستان و فقیران بزدايد، یا بکاهد.

سفره های مفصل و پر خرج، آن هم به صورتی که همه اعیان و اشراف و دوستان و نورچشمی ها بر گرداگرد آن بنشینند و از فقرا و نیازمندان سر سفره افطار، کسی نباشد، افطاری نیست که خدا و رسول به آن توصیه کرده باشند.

«افطار روزه داران»، یعنی به قصد قربت، سیر کردن شکم گرسنگانی که چه بسا در سختی و عسرت به سر می برند، نه حیف و میل بیت المال، یا ولخرجیها و اسرافهای اشراف منشانه و از روی رقابت و چشم و هم چشمی و به قصد عقب نماندن از رقبا و همتایان و همکاران و همقطاران!..

ارزش هر افطار، به قدری است که بینوایی را به نوا برساند یا از محرومی، محرومیت زدایی کند.

علی (ع) و فاطمه (س)، آنگونه افطار به مسکین و یتیم و اسیر دادند که سوره «هل اتی» نازل شد. هم قصد قربت و هم سیر کردن گرسنه و رساندن طعام به «مستحق».

آنان که در طول سال، از رنج و غم دیگران بی خبرند، این ماه فرصتی است که آگاهی یابند و به یادشان بیفتد که گرسنگی و نداشتن و حرمان یعنی چه!

جویا شدن از حال همسایگان و خویشاوندان دور و نزدیک و کمک مالی به بی بضاعتها و رساندن آذوقه و گوشت و برنج و مواد غذایی به در خانه مستمندان، آن هم با حفظ کرامت نفس آنان و بدون تحقیر و توهین، از بزرگترین عبادتها در این ماه است. باید «فقرای واقعی» را شناخت و در این ماه به «فقرزدایی» پرداخت.

چه بسا اموال بسیاری که خرج موارد بیهوده و بی خاصیت می شود و گاهی مبلغی ناچیز یا کمک اندک، اگر «بجا» افتد، گرهی از زندگی دیگری می گشاید. خوشا آنکه بداند چگونه و کجا خرج می کند!

7 - دعا و نماز

توجه به معبود و راز و نیاز با خالق و خضوع در پیشگاه پروردگار، کمال می آورد و عزت دنیا و آخرت می بخشد. کسی که بخواهد از برکات و فیضهای شب و روز این ماه، بهره بیشتری ببرد، باید بیشتر «بندگی» و «طاعت» و «عبادت» کند و در آستان پروردگار، «افتاده تر» باشد.

افتادگی آموز اگر طالب فیضی هرگز نخورد آب، زمینی که بلند است مداومت بر خواندن نمازهای واجب سر وقت و به جماعت و در مسجد، بسیار فضیلت دارد.

خواندن دعاها شب و روز این ماه مبارک، ثواب دارد و چشمه های نور را در دل انسان می جوشاند. شبها دعای افتتاح، سحرها دعای سحر و ابوحمزه ثمالی، دعاها هر روز، تعقیبات نماز، انجام اعمال مشترک و خاص در روزها و شبهای این ماه، قرار گرفتن در محور طاعت و بندگی است، البته بشرط آنکه نمازها با حال، دعاها با توجه به معانی و برخوردار از روح نیایشگرانه و التجاء و تضرع باشد.

شبهای احیا را نباید از دست داد. از مائده دعای کمیل باید بیشترین بهره را گرفت. نمازهای مستحبی فراوانی در این ماه است. با خواندن آنها می توان به نورانیت درون و صفای دل رسید. نماز، برقرار کردن رابطه با خالق است. هر چه بیشتر بهتر، هر چه زلالتر و شفاف تر، سودمندتر و اثربخش تر.

خلاصه آنکه ... گاهی، در شبها و روزها، با خدا خلوت کردن و اشک ریختن و از او حاجت خواستن و به درگاهش نیاز بردن، خدایی شدن، طعم بندگی را چشیدن، رنگ الهی گرفتن، اهل مراقبه و محاسبه شدن، رمضان را شناختن و «شبهای قدر» را «قدر» شناختن و قدر خود را دانستن و به غفلت و پوچی دل نسپردن و ... اینهاست که رضانی پربار، برایمان به ارمغان می آورد.

