

## اعمال روز عرفه؛ رو بردن از خاک و پیوند با افلاک



روز عرفه، برای تقویت معرفت الهی و رابطه عمیق‌تر با حضرت حق و شناخت صفات جمال و جلال پروردگار، بسیار مناسب و مغتنم است. این روز، بویژه برای کسانی که در سرزمین پرخاطره و انسان‌ساز «عرفات» و در مناسک حج حضور داشته باشند، سعادت مضاعف خواهد بود.

روز عرفه، برای تقویت معرفت الهی و رابطه عمیق‌تر با حضرت حق و شناخت صفات جمال و جلال پروردگار، بسیار مناسب و مغتنم است. این روز، بویژه برای کسانی که در سرزمین پرخاطره و انسان‌ساز «عرفات» و در مناسک حج حضور داشته باشند، سعادت مضاعف خواهد بود.

به گزارش خبرنگار دین و اندیشه خبرگزاری دانشجویان ایران (ایسنا)، روز نهم ماه ذی‌الحجه، روز عرفه است، مرحوم «علامه مجلسی» در این زمینه می‌گوید: روز عرفه از اعیاد بزرگ اسلامی است و کسی که بتواند این روز را در «عرفات» باشد، توفیق بزرگی دارد. این روز اعمال و دعاها فراوانی دارد و بهترین عمل در این روز، دعا است.

آنان که در لباس سفید احرام، با قلبی مملو از عشق خداوند، دعای عرفه امام حسین(ع) را در سرزمین عرفات زمزمه می‌کنند، از این زلال معرفت ناب، بیش از دیگران سیراب می‌شوند.

امام باقر(ع) از امام زین العابدین(ع) روایت کرده است که آن حضرت در روز عرفه جمعی را مشاهده کرد که دست نیاز به سوی مردم دراز کرده و کمک می‌خواستند، حضرت فرمود: وای بر شما، آیا از غیر خدا در این روز حاجت می‌طلبید در حالی که در این روز امید می‌رود که فضل خداوند حتی شامل بچه‌هایی شود که در شکم مادرانند.

در روز عرفه، مخصوصاً دعا برای مؤمنان و دوستان بسیار سفارش شده است. چه آنان که زنده‌اند و چه کسانی که از دنیا رفته‌اند.

از ابراهیم بن هاشم که از بزرگان شیعه است چنین نقل شده که: «عبد الله بن جندب» را در سرزمین عرفات دیدم که در روز عرفه، غرق در دعا و راز و نیاز بود. دست‌های خود را به سوی آسمان بلند کرده بود و اشک از چشمانش سرازیر بود و فراوان گریه می‌کرد. در پایان نزد او رفتم و گفتم: وقوف و عبادت هیچ کس را مثل تو ندیدم. گفت به خدا سوگند، فقط برای برادران مؤمن دعا کردم، زیرا از امام موسی کاظم(ع) شنیدم که فرمود: هر کس برای برادران مؤمن خود دعا کند، از عرش ندا می‌رسد که صد هزار برابر آن برای خود تو خواهد بود و من نخواستم از صد هزار برابر دعای فرشتگان که یقیناً مستجاب است، دست بردارم و برای خودم دعا کنم که نمی‌دانم مستجاب خواهد شد یا خیر.

### اعمال روز عرفه

برای روز عرفه چند عمل وارد شده است:

1- **روزه گرفتن**؛ که پاداش فراوانی دارد. ولی اگر روزه در آن روز سبب ضعف و ناتوانی جهت دعا و انجام اعمال و عبادات روز عرفه شود ترک آن بهتر است. (البته روزه مربوط به کسانی است که در وطن هستند یا قصد اقامت 10 روز کرده‌اند).

2- **غسل کردن قبل از غروب آفتاب**.

3- **زیارت امام حسین(ع)**، که زیارت آن حضرت در روز عرفه طبق روایتی از امام صادق(ع) پاداش حج و عمره بسیار و جهاد فراوان دارد.

در روایت دیگری از امام صادق(ع) نقل شده است که خداوند در روز عرفه، توجه خاصی به زائران قبر امام حسین(ع) دارد، حاجاتشان را برآورده می‌سازد و گناهانشان را می‌آمرزد.

در حدیث دیگری از سه امام بزرگوار، حضرت امام صادق، امام کاظم و امام رضا(علیهم السلام) آمده است که هر کس روز عرفه به زیارت امام حسین(ع) برود، خداوند او را با ایمان محکم همراه با اطمینان باز می‌گرداند.

به هر حال، همان گونه که «سید بن طاووس»، در «اقبال» گفته است: احادیث در فضیلت زیارت امام حسین(ع) در روز عرفه، متواتر است. به همین دلیل سیل مشتاقان در این روز به سوی مرقد آن حضرت سرازیر می‌شود.

4- پس از نماز عصر و قبل از آن که دعاها را بخواند، **دو رکعت نماز در زیر آسمان**، بجا آورد و به گناهان و خطاهای خود اعتراف کند، که امام صادق(ع) فرمود: هر کس چنین کند، پاداش کسانی که در سرزمین عرفاتند، را خواهد داشت و گناهانش آمرزیده شود.

مرحوم «شیخ کفعمی» کیفیت نماز را این گونه آورده است: پس از آن که نماز ظهر و عصر را با رکوع و سجود نیکو، بجا آوردی، دو رکعت نماز بخوان، در رکعت اول بعد از سوره حمد، سوره «توحید» (قل هو الله احد) و در رکعت دوم، پس از سوره حمد، سوره «کافرون»، (قل یا ایها الکافرون) را بخوان. بعد از آن نیز چهار رکعت نماز بگزار (هر دو رکعت به یک سلام) و در هر رکعت بعد از سوره حمد، 50 مرتبه سوره توحید را بخوان (که نماز امیرالمؤمنین نیز به همین صورت است) آنگاه این تسبیحات را که از رسول خدا نقل شده است و «سید بن طاووس» آن را در «اقبال» آورده، بخوان:

**سُبْحَانَ مَنْ فِي السَّمَاءِ عَرْشُهُ، سُبْحَانَ الَّذِي فِي الْأَرْضِ سَطْوَتُهُ،**

منزه است خدایی که در آسمان است عرش او، منزه است خدایی که در زمین است فرمان و حکمش

**سُبْحَانَ الَّذِي فِي الْبَحْرِ سَبِيلُهُ، سُبْحَانَ الَّذِي فِي النَّارِ سُلْطَانُهُ،**

منزه است خدایی که در دریا راه دارد منزه است، خدایی که در آتش دوزخ سلطنتش موجود است  
**سُبْحَانَ الَّذِي فِي الْجَنَّةِ رَحْمَتُهُ، سُبْحَانَ الَّذِي فِي الْقُبُورِ قَضَاؤُهُ،**  
 منزه است خدایی که در بهشت رحمت اوست، منزه است خدایی که در گورها قضا و فرمانش جاری است  
**سُبْحَانَ الَّذِي فِي الْهَوَاءِ أَمْرُهُ، سُبْحَانَ الَّذِي رَفَعَ السَّمَاءَ،**  
 منزه است خدایی که در هوا امر اوست، منزه است خدایی که آسمان را بالا برد  
**سُبْحَانَ الَّذِي وَضَعَ الْأَرْضَ، سُبْحَانَ مَنْ لَا مَتَجًا مِنْهُ إِلَّا إِلَيْهِ.**  
 منزه است خدایی که زمین را گسترد، منزه است خدایی که ملجأ و پناهی از او نیست جز به سوی خودش.  
 آنگاه 100 مرتبه بگو:

**سُبْحَانَ اللَّهِ وَالْحَمْدُ لِلَّهِ وَ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَ اللَّهُ أَكْبَرُ.**

منزه است خدا و حمد از آن خداست و معبودی جز خدا نیست و خدا بزرگ تر از توصیف است.

و 100 مرتبه سوره «قُلْ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ» را بخوان.

100 مرتبه آیه الکرسی.

100 مرتبه صلوات بر محمد و آل محمد.

10 مرتبه

**لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ، وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَ لَهُ الْحَمْدُ،**

معبودی جز خدا نیست یگانه ای که شریک ندارد پادشاهی خاص اوست و از آن اوست حمد

**يُحْيِي وَ يَمِيتُ وَ يُمْيتُ وَ يُحْيِي، وَهُوَ حَيٌّ لَا يَمُوتُ، بِيَدِهِ الْخَيْرُ، وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ.**

زنده کند و بمیراند و بمیراند و زنده کند و اوست زنده‌ای که نمیرد هر چه خیر است به دست اوست و او بر همه چیز تواناست.

10 مرتبه

**اَسْتَغْفِرُ اللَّهَ الَّذِي لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْحَيُّ الْقَيُّومُ وَ اَتُوبُ إِلَيْهِ.**

آمرزش خواهم از خدایی که معبود به حق جز او نیست که زنده و پاینده است و به سویش توبه کنم.

10 مرتبه «یا الله»

10 مرتبه «یا رَحْمَنُ»

10 مرتبه «یا رَحِيمُ»

10 مرتبه «یا بَدِيعَ السَّمَوَاتِ وَ الْأَرْضِ، یا ذَا الْجَلَالِ وَ الْإِكْرَامِ»

10 مرتبه «یا حَيُّ یا قَيُّومُ»

10 مرتبه «یا حَتَّانُ یا مَتَّانُ»

10 مرتبه «یا لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ»

10 مرتبه «آمین».

پس آنگاه بگو:

**اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ يَا مَنْ هُوَ أَقْرَبُ إِلَيَّ مِنْ حَبْلِ الْوَرِيدِ،**

خدایا از تو خواهم ای کسی که او نزدیکتر است به من از رگ گردن

**يَا مَنْ يَحُولُ بَيْنَ الْمَرْءِ وَ قَلْبِهِ، يَا مَنْ هُوَ بِالْمَنْظَرِ الْأَعْلَى وَ بِالْأَفْقِ الْمُبِينِ،**

ای که حائل شود میان انسان و دلش ای که او در دیدگاه اعلی است و در افق آشکاری است

**يَا مَنْ هُوَ الرَّحْمَنُ عَلَى الْعَرْشِ اسْتَوَى، يَا مَنْ لَيْسَ كَمِثْلِهِ شَيْءٌ، وَ هُوَ السَّمِيعُ الْبَصِيرُ،**

ای که او بخشاینده است و بر عرش استیلا دارد ای که نیست مانندش چیزی و او شنوا و بینا است

**أَسْأَلُكَ أَنْ تُصَلِّيَ عَلَيَّ مُحَمَّدٍ وَ آلِ مُحَمَّدٍ.**

از تو خواهم که درود فرستی بر محمد و آل محمد.

آنگاه حاجت خود را از خداوند طلب کن که برآورده خواهد شد، ان شاء الله.

(دعای کوتاه بالا دعای بسیار پرمحتوایی است که سزاوار است انسان هر زمان که حال دعا پیدا کند از آن بهره گیرد و همچنین

در قنوت‌های نماز می‌توان از آن استفاده کرد. دعایی است که جمله‌های آن غالباً از آیات قرآن گرفته شده و صفات جمال و جلال

خداوند در آن منعکس است).

مرحوم «کفعمی» در ادامه می‌افزاید: پس از آن این صلوات را بخوان

امام صادق(ع) فرمود: هر کس بخواهد محمد و آل محمد را با صلوات بر آنان مسرور و خشنود سازد، این صلوات را بخواند:

**اللَّهُمَّ يَا أَجُودَ مَنْ أَعْطَى، وَ يَا خَيْرَ مَنْ سُئِلَ، وَ يَا أَرْحَمَ مَنْ اسْتَرْجِمَ،**

خدایا ای بخشنده‌ترین عطابخشان و ای بهترین درخواست شدگان و ای مهربانترین کسی که از او مهربانی جویند،

**اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَ آلِهِ فِي الْأَوَّلِينَ، وَ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَ آلِهِ فِي الْآخِرِينَ،**

خدایا درود فرست بر محمد و آلش در زمره پیشینیان و درود فرست بر محمد و آلش در زمره پسینیان،

**وَ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَ آلِهِ فِي الْمَلَأِ الْأَعْلَى، وَ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَ آلِهِ فِي الْمُرْسَلِينَ،**

و درود فرست بر محمد و آلش در ساکنین عالم بالا و درود فرست بر محمد و آلش در زمره مرسلین،

اللَّهُمَّ اغْطِ مُحَمَّدًا وَآلَهُ الْوَسِيلَةَ وَالْفَضِيلَةَ وَالشَّرَفَ وَالرَّفْعَةَ وَالذَّرَجَةَ الْكَبِيرَةَ،

خدایا عطا کن به محمد و آلش مقام وسیله و فضیلت و شرف و رفعت و درجه بلند،

اللَّهُمَّ إِنِّي آمَنْتُ بِمُحَمَّدٍ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَلَمْ أَزِهِ، فَلَا تَحْرِمْنِي فِي الْقِيَمَةِ رُؤْيَاهُ، وَارْزُقْنِي صُحْبَتَهُ،

خدایا من ایمان آوردم به محمد درود خدا بر او و خاندانش با این که او را ندیده‌ام پس در روز قیامت از دیدارش محروم مفرما و مصاحبت و همنشینی او را روزیم فرما،

و تَوْفَنِي عَلَى مِلَّتِهِ، وَ اسْقِنِي مِنْ حَوْضِهِ مَشْرَبًا رَوِيًّا سَائِغًا هَنِيئًا، لَا اَظْمَأُ بَعْدَهُ أَبَدًا، إِنَّكَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ،

و بر کیش او بمیرانم و بنوشانم از حوض او (حوض کوثر) نوشاندنی سیراب و جانبخش و گوارا که پس از آن هرگز تشنه نشوم که براستی تو بر هر چیز توانایی،

اللَّهُمَّ إِنِّي آمَنْتُ بِمُحَمَّدٍ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَلَمْ أَزِهِ،

خدایا من ایمان آورده‌ام به محمد درود خدا بر او و خاندانش باد و او را ندیده‌ام پس در بهشت رویش را به من نشان ده،

صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ مِثِّي، تَحِيَّةً كَثِيرَةً وَ سَلَامًا.

خدایا برسان به محمد صلی الله علیه و آله از جانب من تحیتی بسیار و سلامی.

آنگاه دعای «امّ داوود» را بخوان. سپس این تسبیحات را که پاداش فراوانی دارد، بخوان:

سُبْحَانَ اللَّهِ قَبْلَ كُلِّ أَحَدٍ، وَ سُبْحَانَ اللَّهِ بَعْدَ كُلِّ أَحَدٍ، وَ سُبْحَانَ اللَّهِ مَعَ كُلِّ أَحَدٍ،

منزه باد خدا پیش از هر کس و منزه باد خدا پس از هر کس و منزه باد خدا با هر کس

وَ سُبْحَانَ اللَّهِ يَبْقَى رَبَّنَا وَ يَقْنَى كُلُّ أَحَدٍ،

و منزه باد خدا که باقی ماند پروردگار ما و فانی شود هر کس

وَ سُبْحَانَ اللَّهِ تَسْبِيحًا يَقْضِلُ تَسْبِيحَ الْمُسْتَحِينِ فَضْلًا كَثِيرًا قَبْلَ كُلِّ أَحَدٍ،

و منزه باد خدا تنزیهی که فزونی گیرد بر تسبیح تسبیح گویان فزونی بسیاری پیش از هر کس،

وَ سُبْحَانَ اللَّهِ تَسْبِيحًا يَقْضِلُ تَسْبِيحَ الْمُسْتَحِينِ فَضْلًا كَثِيرًا بَعْدَ كُلِّ أَحَدٍ،

و منزه باد خدا تنزیهی که فزونی گیرد بر تسبیح تسبیح گویان فزونی بسیاری پس از هر کس،

وَ سُبْحَانَ اللَّهِ تَسْبِيحًا يَقْضِلُ تَسْبِيحَ الْمُسْتَحِينِ فَضْلًا كَثِيرًا مَعَ كُلِّ أَحَدٍ،

و منزه باد خدا تنزیهی که فزونی گیرد بر تسبیح تسبیح گویان فزونی بسیار با هر کس،

وَ سُبْحَانَ اللَّهِ تَسْبِيحًا يَقْضِلُ تَسْبِيحَ الْمُسْتَحِينِ فَضْلًا كَثِيرًا لِرَبَّنَا الْبَاقِي وَ يَقْنَى كُلُّ أَحَدٍ،

و منزه باد خدا تنزیهی که فزونی گیرد بر تسبیح تسبیح گویان برتری بسیاری برای پروردگار ما که باقی ماند و جز او فانی شود هر کس

وَ سُبْحَانَ اللَّهِ تَسْبِيحًا لَا يَخْصِي وَ لَا يَذَرِي وَ لَا يَنْسِي،

و منزه باد خدا تنزیهی که به شماره در نیاید و دانسته نشود و فراموش نگردد

وَ لَا يَيْلِي وَ لَا يَقْنَى وَ لَا يَنْسِي لَهُ مُنْتَهَى،

و کهنه نشود و فنا نپذیرد و انتهای برایش نباشد

وَ سُبْحَانَ اللَّهِ تَسْبِيحًا يَدُومُ يَدَوَامِهِ،

و منزه باد خدا تنزیهی که دوام داشته باشد به دوام او

وَ يَبْقَى يَبْقَايَهُ فِي سِنِي الْعَالَمِينَ، وَ شُهُورِ الدُّهُورِ، وَ أَيَّامِ الدُّنْيَا وَ سَاعَاتِ اللَّيْلِ وَ النَّهَارِ،

و باقی ماند به بقای او در طول سال‌های این جهان و سایر جهانیان و ماه‌های این روزگار و هر روزگار و روزهای دنیا و ساعات شب و روز

وَ سُبْحَانَ اللَّهِ أَبَدَ الْأَبَدِ، وَ مَعَ الْأَبَدِ مِمَّا لَا يَخْصِيهِ الْعَدَدُ،

و منزه باد خدا تا جاویدان است جاوید و همراه با جاوید به میزانی که شماره‌اش نتوان کرد

وَ لَا يَقْنِيهِ الْأَمَدُ، وَ لَا يَقْطَعُهُ الْأَبَدُ، وَ تَبَارَكَ اللَّهُ أَحْسَنُ الْخَالِقِينَ.

و زمان و مدت آن را به فنا نکشاند و قطعش نکند «هرگز» و بزرگ است خدا بهترین آفریدگان.

بار دیگر همین دعا را بخوان، ولی بجای سُبْحَانَ اللَّهِ قَبْلَ كُلِّ أَحَدٍ، بگو: وَ الْحَمْدُ لِلَّهِ قَبْلَ كُلِّ أَحَدٍ، و هر جا که کلمه سُبْحَانَ اللَّهِ دارد؛ به جای آن الْحَمْدُ لِلَّهِ بگو و دعا را تا آخر بخوان.

برای بار سوم از ابتدا شروع کن ولی این بار به جای سُبْحَانَ اللَّهِ، بگو: لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ. مثلاً بگو: لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ قَبْلَ كُلِّ أَحَدٍ...

در مرتبه چهارم، دعا را از ابتدا شروع کن و تا آخر بخوان، ولی به جای سبحان الله بگو الله اكبر. مثلاً می‌گویی: الله اكبر قبل كل احد...

سپس دعای اَللّهُمَّ مَنْ تَعَبًا وَ تَهَيَّأَ را بخوان (که در اعمال شب جمعه است).

آنگاه با نهایت خشوع و فروتنی، دعای چهل و هفتم «صحیفه سجّادیه» را بخوان که بسیار دعای گران قدر و ارزشمندی است.

پنجم:

دعای معروف عرفه است.

به هنگام غروب روز عرفه، دعای «عشرات» را بخوان. این دعا که خواندنش در هر صبح و شام مستحب است، آن را در پایان روز عرفه نیز بخوان. مرحوم «سید بن طاووس» در اعمال روز عرفه، این دعا را ذکر کرده است.

