

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ  
اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَآلِ مُحَمَّدٍ وَعَجِّلْ فَرَجَهُمْ

سوره مبارکه نصر

آموزش استغفار و تسبیح

### تدبر در سوره با نزدیک شدن به غرض آن

پس از بررسی گزاره‌های سوره و شناخت مضامین و پیام‌های آن، لازم است به بررسی همه جانبه آن پرداخته، نکاتی را که در نهایت به عنوان غرض هدایتی سوره، می‌توان در نظر داشت، مورد توجه قرار داد. برخی از این نکات عبارتند از:

۱. برای برخورداري از تجلي فيض خاص الهي و توجه و عنایت‌هاي ویژه او (توب) توجه به دین و رسول ضروري است. در این صورت انسان و جامعه به فهمي از نصر الهي و فتح رسیده، توفیق تسبیح با حمد و استغفار را می‌یابد.
۲. وعده گسترش دین الهي، وعده‌اي قطعي است، همراهي انسان با این وعده قطعي موجب مي‌شود تا خود را از سیر کمال جدا نساخته، به هلاکت دائمي نرسد بلکه همیشه برخوردار از نصر الهي و فتح باشد. نشانه برخورداري فرد و جامعه از نصر الهي و فتح، توفیقي است که در تسبیح و حمد و استغفار می‌یابد.
۳. این سوره متصل کننده انسان به نظام امامت و ولایت الهي و برخورداري دائمي از نصر و فتح است.

در جمع‌بندی سوره به سؤال‌هاي زیر پاسخ داده و خود نیز چند سؤال مهم از سوره ارائه دهید:

۱. چرا باید در برابر نعمت نصر الهي و فتح، تسبیح و استغفار داشت؟ این دو وظیفه چه سنخیتی با نصر الهي و فتح دارد؟
۲. نقش پیامبر صلی الله علیه و آله در برخورداري انسان از نصر الهي و فتح چیست؟ آیا انسان می‌تواند به صورت مستقل از این دو بهره‌اي داشته باشد؟ چرا؟
۳. آیا ما هم می‌توانیم زمینه ساز اقامه دین در اجتماع شویم؟ در این صورت آیا می‌توان گفت ما نیز در استقرار نصر الهي و فتح، حظ و بهره داشته‌ایم؟ اگر جواب این سؤال مثبت است، این امر چگونه ممکن می‌شود؟

۴. چگونه می‌توان تواب بودن خدا را در همه مراحل زندگی مشاهده کرد؟
۵. آیا می‌توان گفت که هر گاه انسان از تسبیح و استغفار بهره‌مند شود، از نصر و فتحي برخوردار بوده است؟ اگر چنین است آیا افرادی که منتظر نصر و فتح در آینده هستند در تسبیح و استغفار خود دچار تأخیر نخواهند شد؟
۶. ندیدن نصر الهی و فتح در هر لحظه، چه بلایی را بر سر جامعه اسلامی به بار می‌آورد؟ آیا ظاهرگرایی یکی از این آفت‌ها نیست؟
۷. از پیوند تسبیح و استغفار از سویی و نصر و فتح از سویی دیگر چه برداشتی می‌توان به دست آورد؟
۸. آیا نصر و فتح الهی مقدمه تسبیح و استغفار است و یا تسبیح و استغفار مقدمه نصر الهی و فتح؟

### طهارت برای تدبر (ایجاد طهارت در خود از منظر یکی از موضوعات سوره)

آیه آخر سوره را می‌توانیم محورهای عمل در تدبر این سوره قرار دهیم. برای این کار دو محور پیش رو داریم: حمد به همراه تسبیح و استغفار.

- برای عملیاتی کردن استغفار می‌توان به برخی از مصادیق استغفار و تسبیح در زندگی روزمره اشاره داشت:
۱. اعمال روزانه خود را در مسیر عقلانی قرار دادن، از مصادیق استغفار است.
  ۲. عزم بر انجام ندادن کار سوء و زشت و پایبندی به آن از مصادیق استغفار است.
  ۳. تلاش برای جبران تبعات سوء برخی از بدی‌های انجام شده نیز از مصادیق استغفار است.
  ۴. تلاش در جهت جبران کردن کارهای نادرست انسان‌های دیگر در جامعه (یا در يك جمعی) برآمدن، از مصادیق استغفار جمعی است.
  ۵. استغفار از مصادیق شکرگزاری است. پس انسان می‌تواند با استفاده مطلوب از هر نعمتی، مسیر استغفار را بییماید.

همین روند را می‌توان برای تسبیح در نظر گرفت:

۶. منزّه دانستن خداوند از هر عیب و نقصی معنای تسبیح است.
۷. خود را خلیفه خدا دانستن از شرایط عبودیت و از توجهات انسان به تسبیح است. در این صورت منزّه بودن از نواقص، به عنوان تسبیح عملی انسان است.

۸. معنای سبح، حرکت در مدار حق بدون نقص است بنابراین تسبیح به معنای اختیار کردن چنین حرکتی است.

با توجه به موارد فوق برای خودسازی و طهارتی که ما را به انس و تدبر قرآن می‌کشاند، برنامه‌ریزی در پیاده شدن تسبیح و استغفار در زندگی امری ضروری است. برای این منظور مطالعه ادعیه اهل بیت علیهم السلام توصیه می‌شود.

در تحفة الزائر است که شیخ مفید ذکر کرده، مستحب است بعد از نماز زیارت امام رضا علیه السلام، این دعا را بخوانند:

....صَلِّ عَلَيَّ مُحَمَّدٍ وَ آلِ مُحَمَّدٍ وَ اغْفِرْ لِي يَا خَيْرَ الْغَافِرِينَ  
رَبِّ إِنِّي أَسْتَغْفِرُكَ اسْتَغْفَارَ حَيَاءٍ وَ أَسْتَغْفِرُكَ اسْتَغْفَارَ رَجَاءٍ وَ أَسْتَغْفِرُكَ اسْتَغْفَارَ إِنَابَةٍ  
وَ أَسْتَغْفِرُكَ اسْتَغْفَارَ رَغْبَةٍ وَ أَسْتَغْفِرُكَ اسْتَغْفَارَ رَهْبَةٍ  
وَ أَسْتَغْفِرُكَ اسْتَغْفَارَ طَاعَةٍ وَ أَسْتَغْفِرُكَ اسْتَغْفَارَ إِيمَانٍ وَ أَسْتَغْفِرُكَ اسْتَغْفَارَ إِقْرَارٍ  
وَ أَسْتَغْفِرُكَ اسْتَغْفَارَ إِخْلَاصٍ وَ أَسْتَغْفِرُكَ اسْتَغْفَارَ تَقْوَى  
وَ أَسْتَغْفِرُكَ اسْتَغْفَارَ تَوَكُّلٍ وَ أَسْتَغْفِرُكَ اسْتَغْفَارَ ذَلَّةٍ  
وَ أَسْتَغْفِرُكَ اسْتَغْفَارَ عَامِلٍ لَكَ هَارِبٍ مِنْكَ إِلَيْكَ فَصَلِّ عَلَيَّ مُحَمَّدٍ وَ آلِ مُحَمَّدٍ  
وَ تَبَّ عَلَيَّ وَ عَلَيَّ وَالِدَيَّ بِمَا تُبْتُ وَ تَتُوبُ عَلَيَّ جَمِيعَ خَلْقِكَ يَا أَرْحَمَ الرَّاحِمِينَ  
يَا مَنْ يُسَمِّي بِالْغُفُورِ الرَّحِيمِ يَا مَنْ يُسَمِّي بِالْغُفُورِ الرَّحِيمِ يَا مَنْ يُسَمِّي بِالْغُفُورِ الرَّحِيمِ  
صَلِّ عَلَيَّ مُحَمَّدٍ وَ آلِ مُحَمَّدٍ وَ أَقْبَلْ تَوْبَتِي وَ زَكِّ عَمَلِي وَ اشْكُرْ سَعْيِي وَ ارْحَمْ ضِرَاعَتِي  
وَ لَا تَحْجُبْ صَوْتِي وَ لَا تُخَيِّبْ مَسْأَلَتِي يَا غَوْثَ الْمُسْتَغِيثِينَ  
وَ أَبْلِغْ أُمَّتِي سَلَامِي وَ دُعَائِي وَ شَفِّعْهُمْ فِي جَمِيعِ مَا سَأَلْتُكَ وَ أَوْصِلْ هَدْيَتِي إِلَيْهِمْ كَمَا يَنْبَغِي لَهُمْ  
وَ زِدْهُمْ مِنْ ذَلِكَ مَا يَنْبَغِي لَكَ بِأَضْعَافٍ لَا يُحْصِيهَا غَيْرُكَ  
وَ لَا حَوْلَ وَ لَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ الْعَلِيِّ الْعَظِيمِ وَ صَلَّى اللَّهُ عَلَيَّ أَطِيبِ الْمُرْسَلِينَ مُحَمَّدٍ وَ آلِهِ  
....درود فرست بر محمد و آل اطهارش و مرا بیامرز ای بهترین آمرزندگان

پروردگارا همانا من از تو آمرزش می‌طلبم از راه حیا و شرمساری و باز آمرزش می‌طلبم به طریق رجا و امیدواری و باز آمرزش می‌طلبم از روی توبه و انابه و بازگشت به درگاه تو و آمرزش می‌طلبم با حال شوق و رغبت و آمرزش می‌طلبم با حال خوف و ترس

و استغفار می‌کنم از روی طاعت و بندگی تو و آمرزش می‌طلبم از روی ایمان به تو و آمرزش می‌طلبم با حال  
اقرار و اعتراف به گناه

و آمرزش می‌طلبم از روی اخلاص و آمرزش می‌طلبم از روی تقوی و پارسایی  
و آمرزش می‌طلبم از روی توکل به خدا و آمرزش می‌طلبم از روی ذلت و مسکنت  
و استغفار می‌کنم استغفار کسی که برای تو به کار پرداخته و از تو به سوی تو می‌گریزد، پس خدایا درود فرست  
بر محمد و آل محمد

و بر من و والدینم به قبول توبه و مغفرت و آمرزش بازگرد بدان قسمی که توبه جمیع خلق خود را می‌پذیری ای  
مهربانترین مهربانان عالم

ای آنکه به نام غفور و رحیم نامیده می‌شوی ای آنکه به نام غفور و رحیم نامیده می‌شوی ای آنکه به نام غفور و  
رحیم نامیده می‌شوی

درود فرست بر محمد و آل او و توبه مرا بپذیر و معلم را پاکیزه دار و بر سعی و کوشش پاداش عطا فرما و به  
تضرع و زاریم ترحم کن

و صدای دعایم را از سمع قبول خود، دور و مستور مساز و سؤال و درخواستم را عطا کن و محروم و ناامیدم  
مگردان ای پناه بخش فریاد خواهان

و سلام و دعایم را به امامان و پیشوایانم برسان و در آنچه از تو درخواست کردم، آن بزرگواران را شفیع من گردان  
و هدیه مرا به آن بزرگواران چنانکه لایق آنهاست واصل ساز

و بر آن هدیه آنچه سزاوار کرم توست هم چندین برابر که جز تو کسی شمارشش نداند بیفزای  
که هیچ قدرت و نیرویی جز به واسطه خدای بلند مرتبه بزرگ نخواهد بود و خدا درود و رحمت فرستد بر  
نیکوترین پیغمبران محمد صلی الله علیه و آله و آل اطهار او.