

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ
اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَآلِ مُحَمَّدٍ وَ عَجِّلْ فَرَجَهُمْ

سوره مبارکه بقره

دور شدن از موانع ارتباط با دیگران

تدبر در سوره با نزدیک شدن به غرض آن

پس از بررسی آیات و پیام‌های سوره می‌توان نکات کلیدی سوره را در موارد زیر دانست. برای بالا رفتن دقت خود پیام اصلی سوره را تکمیل کنید:

۱. خداوند به عده‌ای از مردم که برای دارایی خود حساب خاصی باز کرده‌اند هشدار می‌دهد که به واسطه این مستقل دیدن، از خیرات جدا افتاده و به طعنه دیگران رو می‌آورند.
۲. طعنه زدن به دیگران و سرزنش کردن آنها موجب گسترش ناامنی‌های مختلف در جامعه می‌شود و زندگی اجتماعی انسان را به شدت از جهات گوناگون به مخاطره می‌اندازد، لذا در سیره انبیا و اولیا با آن با جدیت مقابله شده و می‌شود.

جمع‌بندی از سوره

سؤالات زیر را می‌توان در جمع‌بندی سوره ارائه کرد، می‌توانید سؤالات دیگری را نیز به آن بیفزایید.

- چرا خداوند برای هشدار همزه لمزه از کلمه ویل استفاده کرده است؟ آیا این خود یک سرزنش نیست؟ تفاوت توبیخ‌های خدا و دیگران در چیست؟
- آیا ترساندن افراد توسط انبیا و احتجاج‌های کوبنده آنها از مصادیق همز و لمز محسوب نمی‌شود؟ دلیل این امر چیست؟
- چرا خداوند برای همزه لمزه عذاب اختصاصی قائل شده است؟ آیا می‌توان این عذاب را صورت ملکوتی همان عمل دانست؟
- نار الله الموقده به چه معناست و چرا طلوع آن از فواد است؟
- واژه تطلع علی الافئده دارای چه مضمون بلندی است؟

- چرا به جاي استفاده از قلب از فؤاد استفاده شده است؟ چه ويژگي‌اي باعث اين موضوع شده است؟
- راه‌هاي مقابله با همز و لمز چيست؟ راه‌هاي پيشگيري از اين آسيب کدام است؟
- چگونه مي‌توان در مقابل همز و لمز ديگران نسبت به خود دچار مصونيت شد؟

مرحله چهارم: طهارت براي تدبر (ايجاد طهارت در خود از منظر يکي از موضوعات سوره)

يکي از مشکلاتي که در پيش روي انسان قرار دارد اينست که در بسياري از موارد نمي‌تواند مصداق همز و لمز را بشناسد، تا از آن استغفار و توبه کند. از ويژگي‌هاي درس حاضر شناخت عوامل و نيز نتايج همز و لمز است. با توجه به آنچه گذشت و با مرور دوباره آنها، معلوم شد، اولاً بسياري از افراد دچار همز و لمز هستند ولي خودشان آن را به اين عنوان نمي‌شناسند لذا فهرستي از همز و لمز را يادداشت کنيد:

۱. غيبت و بدگويي از ديگران
 ۲. انتقادي که با تخریب همراه است.
 ۳. تحقير ديگران
- ثانياً هر کسي براي طعنه زدن خود توجيحاتي دارد برخي از اين توجيحات را يادداشت نماييد:
۱. آدم بي‌فکري است بايد او را از اين بي‌فکري خارج کرد.
 ۲. بي‌دست و پا و حواس پرت است، کاري را نمي‌شود به او سپرد.
 ۳. با اشتباهات خود همه را کلافه کرده است.

ثالثاً برخي مواقع انسان براي اصلاح کسي او را مورد سرزنش قرار مي‌دهد مواردی مانند زیر را در ذهن خود مجسم کنيد:

۱. دوست شما داراي اشتباهات مکرر است، به طور ناخواسته در مقام تذکر به او، خود را از آن اشتباهات مصون ديده با تعجب و از روي سرزنش از او مي‌پرسيد چرا ...؟
۲. معلمي است که شاگردانش درس نخوانده‌اند، چون خود را معلم و آنها را شاگرد مي‌داند، به خود حق مي‌دهد تا آنها را تحقير نمايد و با تعابير سبک با آنها سخن بگويد.
۳. پدر و مادري است که به خاطر اصلاح کردن فرزندشان از حربه کوچک کردن او در ميان جمع استفاده مي‌کنند يا براي تحقير او موفقيت‌هاي ديگران را به رخ مي‌کشند.

بدین ترتیب با شناخت موارد همز و لمز برای طهارت یافتن، لازم است به طور کلی دست از سرزنش دیگران برداریم.

حتی به افرادی که دچار خطاهای فاحش هستند، تنها برای رضایت خدا، با اخلاق حسنه و مطابق با سیره اهل بیت علیهم السلام تذکر دهیم؛ زیرا خداوند ما را مأمور به اصلاح خود و دیگران نموده است. (با ضوابط و شرایطی که دارد)

برای آشنایی با سیره اهل بیت علیهم السلام در برخورد با مسائل اجتماعی به فرازهایی از دعای مکارم اخلاق^۱ اشاره می‌شود:

۱. اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰی مُحَمَّدٍ وَآلِهِ وَبَلِّغْ بِإِيْمَانِيْ اَكْمَلَ الْإِيْمَانِ
۲. وَاجْعَلْ يَقِيْنِيْ اَفْضَلَ الْيَقِيْنِ وَانْتَهِ بِنِيَّتِيْ اِلَى اَحْسَنِ النَّيَّاتِ وَبِعَمَلِيْ اِلَى اَحْسَنِ الْأَعْمَالِ
۳. اَللّٰهُمَّ وَفِّرْ بِلُطْفِكَ نِيَّتِيْ وَصَحِّحْ بِمَا عِنْدَكَ يَقِيْنِيْ وَاسْتَصْلِحْ بِقُدْرَتِكَ مَا فَسَدَ مِنِّيْ
۴. اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰی مُحَمَّدٍ وَآلِهِ
۵. وَاكْفِنِيْ مَا يَشْغَلُنِي الْاهْتِمَامُ بِهِ وَاسْتَعْمِلْنِيْ بِمَا تَسْأَلُنِيْ غَدًا عَنْهُ وَاسْتَفْرِغْ أَيَّامِيْ فِيمَا خَلَقْتَنِيْ لَهُ
۶. وَاغْنِنِيْ وَأَوْسِعْ عَلَيَّ فِي رِزْقِكَ وَ لَا تَفْتِنِّيْ بِالنَّظَرِ وَاعِزَّنِيْ وَ لَا تَبْتَلِنِيْ بِالْكِبَرِ
۷. وَعَبْدَنِيْ لَكَ وَ لَا تُفْسِدْ عِبَادَتِيْ بِالْعُجْبِ
۸. وَ أَجِرْ لِلنَّاسِ عَلَيَّ يَدِي الْخَيْرَ وَ لَا تَمْحَقْهُ بِالْمَنِّ وَ هَبْ لِيْ مَعَالِيَ الْأَخْلَاقِ وَ اعْصِمْنِيْ مِنَ الْفَخْرِ
۹. اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰی مُحَمَّدٍ وَآلِهِ وَ لَا تَرْفَعْنِيْ فِي النَّاسِ دَرَجَةً إِلَّا حَطَطْتَنِيْ عِنْدَ نَفْسِيْ مِثْلَهَا
۱۰. وَ لَا تُحَدِّثْ لِيْ عِزًّا ظَاهِرًا إِلَّا أَحَدَّثْتَ لِيْ ذِلَّةً بَاطِنَةً عِنْدَ نَفْسِيْ بِقُدْرَتِهَا
۱۱. اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰی مُحَمَّدٍ وَآلِ مُحَمَّدٍ
۱۲. وَ مَتَّعْنِيْ بِهَدْيٍ صَالِحٍ لَا أُسْتَبَدَّلُ بِهِ وَ طَرِيقَةٍ حَقٍّ لَا أُرِیْغُ عَنْهَا وَ نِيَّةٍ رُشِدٍ لَا أَشْكُ فِيْهَا
۱۳. وَ عَمِّرْنِيْ مَا كَانَ عُمْرِيْ بِذِلَّةٍ فِي طَاعَتِكَ فَإِذَا كَانَ عُمْرِيْ مَرْتَعًا لِلشَّيْطَانِ فَاقْبِضْنِيْ إِلَيْكَ قَبْلَ أَنْ يَسْبِقَ مَقْتُكَ إِلَيَّ
أَوْ يَسْتَحْكِمَ غَضَبُكَ عَلَيَّ
۱۴. اَللّٰهُمَّ لَا تَدْعُ خَصْلَةً تُعَابُ مِنِّيْ إِلَّا أَصْلَحْتُهَا وَ لَا عَائِبَةً أُوْنَبُ بِهَا إِلَّا حَسَنْتُهَا وَ لَا أَكْرُومَةً فِيْ نَاقِصَةٍ إِلَّا أَتَمَمْتُهَا
۱۵. اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰی مُحَمَّدٍ وَآلِ مُحَمَّدٍ
۱۶. وَ أَبْدِلْنِيْ مِنْ بَغْضَةِ أَهْلِ الشَّنَّانِ الْمَحَبَّةَ
۱۷. وَ مِنْ حَسَدِ أَهْلِ الْبَغْيِ الْمَوَدَّةَ وَ مِنْ ظَنَّةِ أَهْلِ الصَّلَاحِ الثَّقَّةَ وَ مِنْ عَدَاوَةِ الْأَدْنَيْنِ الْوَلَايَةَ

^۱ صحیفه سجادیه، ص ۹۳؛ همان، ترجمه آیتی، ص ۱۲۸

۱۸. وَ مِنْ عُقُوقِ ذَوِي الْأَرْحَامِ الْمَبْرَّةِ وَ مِنْ خِذْلَانِ الْأَقْرَبِينَ النَّصْرَةَ وَ مِنْ حُبِّ الْمُدَّارِينَ تَصْحِيحَ الْمِقَّةِ
۱۹. وَ مِنْ رَدِّ الْمُلَابِسِينَ كَرَمِ الْعِشْرَةِ وَ مِنْ مَرَارَةِ خَوْفِ الظَّالِمِينَ حَلَاوَةَ الْأَمَنَةِ
۲۰. اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَ آلِهِ وَ اجْعَلْ لِي يَدًا عَلَى مَنْ ظَلَمَنِي وَ لِسَانًا عَلَى مَنْ خَاصَمَنِي وَ ظَفَرًا بِمَنْ عَانَدَنِي
۲۱. وَ هَبْ لِي مَكْرًا عَلَى مَنْ كَايَدَنِي وَ قُدْرَةً عَلَى مَنْ اضْطَهَدَنِي وَ تَكْذِيبًا لِمَنْ قَصَبَنِي
۲۲. وَ سَلَامَةً مِمَّنْ تَوَعَّدَنِي وَ وَفْقَنِي لِبَطَاعَةِ مَنْ سَدَّدَنِي وَ مُتَابَعَةِ مَنْ أَرْشَدَنِي
۲۳. اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَ آلِهِ وَ سَدِّدَنِي لِأَنْ أَعَارِضَ مَنْ غَشَّيَنِي بِالنُّصْحِ وَ أَجْزِي مَنْ هَجَرَنِي بِالْبِرِّ وَ أَثِيبَ مَنْ حَرَمَنِي بِالْبَذْلِ
۲۴. وَ أَكْفِيْ مَنْ قَطَعَنِي بِالصَّلَةِ وَ أَخْلَفَ مَنْ اغْتَابَنِي إِلَى حُسْنِ الذِّكْرِ وَ أَنْ أَشْكُرَ الْحَسَنَةَ وَ أَغْضِي عَنِ السَّيِّئَةِ
۲۵. اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَ آلِهِ وَ حَلِّنِي بِحَلِيَّةِ الصَّالِحِينَ وَ أَلْبِسْنِي زِينَةَ الْمُتَّقِينَ فِي بَسْطِ الْعَدْلِ
۲۶. وَ كَظْمِ الْغَيْظِ وَ إِطْفَاءِ النَّارَةِ وَ ضَمِّ أَهْلِ الْفُرْقَةِ وَ إِصْلَاحِ ذَاتِ الْبَيْنِ
۲۷. وَ إِفْشَاءِ الْعَارِفَةِ وَ سِتْرِ الْعَائِبَةِ وَ لِينِ الْعَرِيكَةِ
۲۸. وَ خَفْضِ الْجَنَاحِ وَ حُسْنِ السَّيْرِ وَ سُكُونِ الرِّيحِ وَ طِيبِ الْمُخَالَفَةِ
۲۹. وَ السَّبْقِ إِلَى الْفَضِيلَةِ وَ إِثَارِ التَّفَضُّلِ وَ تَرْكِ التَّعْيِيرِ وَ الْإِفْضَالِ عَلَى غَيْرِ الْمُسْتَحِقِّ
۳۰. وَ الْقَوْلِ بِالْحَقِّ وَ إِنْ عَزَّ وَ اسْتِقْلَالَ الْخَيْرِ وَ إِنْ كَثُرَ مِنْ قَوْلِي وَ فِعْلِي
۳۱. وَ اسْتِكْثَارِ الشَّرِّ وَ إِنْ قَلَّ مِنْ قَوْلِي وَ فِعْلِي وَ أَكْمِلْ ذَلِكَ لِي بِدَوَامِ الطَّاعَةِ وَ لُزُومِ الْجَمَاعَةِ وَ رَفْضِ أَهْلِ الْبِدْعِ وَ مُسْتَعْمِلِ الرَّأْيِ الْمُخْتَرَعِ

۱. بار خدایا، درود بفرست بر محمد و خاندانش و ایمان مرا به کامل ترین درجات ایمان برسان
۲. و یقین مرا به برترین مراتب یقین و نیت مرا به نیکوترین نیتها و عمل مرا به بهترین اعمال فرا بر.
۳. ای خداوند، به لطف خود نیت مرا از هر شائبه مصون دار و به رحمت خود یقین مرا استوار گردان، و به قدرت خود فساد مرا به صلاح بدل نمای.
۴. بار خدایا، درود بفرست بر محمد و خاندانش
۵. و مرا از هر کار که پرداختن به آن از پرداختنم به تو باز می دارد، بی نیاز گردان و به کاری بر گمار که در روز بازپسین از من خواهی و روزهای عمر مرا در کاری که مرا برای آن آفریده ای مصروف دار
۶. و مرا بی نیاز فرمای و در روزی بر من بگشای و به نگرستن به حسرت در مال و جاه کسان گرفتار مساز و عزیزم دار و به خود پسندی دچارم مکن.

۷. مرا به بندگی خود گیر و عبادتم را به عجب و غرور تباه مکن.
۸. و بر دست من، در حق مردم کارهای خیر جاری کن و کارهای خیر من به شائبه منت نهادن بر خلق خدای میامیز و از اخلاق متعالی بهره‌ورم دار و از نازش بر خویش در امان.
۹. بار خدایا، درود بفرست بر محمد و خاندانش و هر گاه مرا در نظر مردم به درجتی فرا می‌بری به همان قدر در نفس خود خوارم گردان
۱۰. و هر گاه مرا به عزتی آشکار می‌نوازی به همان قدر در نفس خود ذلیل گردان.
۱۱. بار خدایا، درود بفرست بر محمد و خاندانش
۱۲. و مرا به راه شایسته هدایت راه بنمای و چنان کن که راه دیگرگون نکنم، و طریق حق پیش پای من بگشای و چنان کن که به راه باطل نگرایم، و نیتی صوابم ده و چنان کن که در آن تردید روا ندارم،
۱۳. و عمر مرا دراز نمای و چنان کن که در طاعت تو به سر شود و چون مرتع عمر من چراگاه اهریمن گردد، پیش از آنکه خصومت تو بر من تازد یا خشم تو مرا به سر در اندازد، جان من بستان.
۱۴. ای خداوند، هر خصلت بد که در من است به صلاح آور و هر زشتی که با من است و موجب نکوهش من، به زیبایی بدل نما و هر کرامت کمال نیافته که در من است کامل فرما.
۱۵. بار خدایا، درود بفرست بر محمد و خاندانش
۱۶. و کینه‌توزی دشمنان مرا به محبت بدل بفرما
۱۷. و حسد حسودان مرا به مودت و بدگمانی صالحان را در حق من به اعتماد و دشمنی نزدیکان را به دوستی
۱۸. و کژتابی خویشاوندان را به نیکخواهی و فرو گذاشتن اقربای مرا به یاریگری و دوستی ناپایدار مجامله‌گران را به دوستی پایدار
۱۹. و ناسازگاری معاشران را به معاشرتی کریمانه و تلخی بیم از ستمکاران را به شیرینی ایمنی از تجاوز ایشان.
۲۰. بار خدایا، درود بفرست بر محمد و خاندانش و مرا در برابر آنکه بر من ستم می‌کند، تنی توانا ده و در برابر آنکه با من به بحث و جدال برخاسته، زبانی گویا ده و در برابر کسی که با من دشمنی می‌ورزد، پیروزی ده
۲۱. و در برابر کسی که بر من حيله می‌کند، مکر ارزانی دار و در برابر کسی که مرا مقهور خود خواهد، قدرت عطا فرما و دروغ کسی را که مرا دشنام می‌دهد آشکار ساز
۲۲. و از آنکه تهدیدم می‌کند، مرا به سلامت دار و توفیقم ده که فرمانبردار کسی باشم که مرا به راه راست برد و تابع آن که مرا به طریق رشاد می‌کشد.

۲۳. بار خدایا، درود بفرست بر محمد و خاندانش و رستگاری بخش مرا تا کسی را که با من ناراستی کند به اخلاص پاسخ دهم و کسی را که از من دوری گزیند به نیکویی جزا دهم و کسی را که مرا محروم می‌دارد به بذل و احسان بنوازم.

۲۴. و با آن کس که رشته مودت بریده است بپیوندم و کسی را که از من به بدی یاد کرده به نیکی یاد کنم و خوبی را سپاس گویم و از بدی چشم فرو بندم.

۲۵. ای خداوند، مرا سیمای صالحان ده و جامه پرهیزگاران در گستردن عدل

۲۶. و فرو خوردن خشم و خاموش کردن آتش دشمنی و به هم پیوستن تفرقه جویان و آشتی دادن خصمان

۲۷. و فاش کردن نیکی و پوشیدن عیبها و نرمخویی

۲۸. و فروتنی و نیک سیرتی و بیرون راندن باد غرور از سر و خوشخویی

۲۹. و سبقت در فضیلت و ایثار در بخشش و دم فرو بستن از عیب دیگران و ترك بخشش در حق کسی که در خور بخشش نباشد

۳۰. و گفتن سخن حق، هر چند دشوار بود و اندک شمردن نیکی‌های خود در کردار و گفتار هر چند بسیار بود

۳۱. و بسیار شمردن بدی‌های خود در کردار و گفتار هر چند اندک بود. ای خداوند، این صفات را در من به کمال

رسان به دوام طاعت خود و همسویی با جماعت مقبول و دوری از بدعت جویان و پیروان باورهای مجعول.