

اعتکاف مکتب خود سازی

هیچ گنجی بی دد و بی دام نیست

جز به خلوتگاه حق، دل رام نیست

انسان در گریز از هوای نفس و فرار از اشتغالات زندگی، در طریقت انس با معبود همواره نیازمند خلوتی است تا در انزوای وجود خویش در آثار صنع پروردگارش با دیده عبرت بیندیشد و با سوز دل و اشک دیده، باطن خود را از زنگار گناهان بشوید و خانه دل را مصفای حضور خالق هستی بخش سازد، و **اعتکاف** زمینه چنین خلوتی را فراهم می کند و فرصت و مجالی می دهد برای پرداختن به امور نفس خویش و جلوه گری نور محبت خدا در اعماق سرای وجود انسان، تا انسان بدون دلواپسی از کارهای انجام نشده و وابستگیهای روز مره، خود را در سرای معبود خویش نظاره گر باشد.

حضرت صادق علیه السلام فرمود: «فِي التَّوْرَةِ مَكْتُوبٌ يَا ابْنَ آدَمَ تَفَرَّغْ لِعِبَادَتِي أَمْلاؤْ قَلْبَكَ غِنَى وَلَا أَكَلِكَ إِلَى طَلْبِكَ وَعَلَى أَنْ أَسُدَّ فَاغْتِكَ»؛ [۱] در تورات نوشته شده است: ای فرزند آدم! برای انجام عبادت من فراغتی به وجود بیاور تا من دل تو را از بی نیازی سرشار سازم و بدون اینکه تو طلب کنی، حاجتت را برآورده کنم و من خود را ملتزم می دانم که حوائج تو را برطرف نمایم.»

و نیز آن حضرت نقل نموده که پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله فرمودند: «أَفْضَلُ النَّاسِ مَنْ عَشِقَ الْعِبَادَةَ فَعَانَقَهَا وَأَحَبَّهَا بِجَسَدِهِ وَتَفَرَّغَ لَهَا [۲]؛ با فضیلت ترین مردم کسی است که عاشق عبادت باشد و با اشتیاق تمام عبادت را به آغوش بکشد و با جسمش آن را دوست بدارد و برای آن فراغتی به وجود بیاورد.»

مساجد همواره به عنوان پایگاه **اعتکاف**، مرکز خلوت و انس عابدان با معبود خویش محسوب می گردند و **اعتکاف** روزهایی در خلوت خویش با خود بودن و به یاد خدا زیستن است. **اعتکاف** گشت و گذاری است در کوچه پس کوچه های درون و گشتن در دنیای «تو در تو»ی دل و شناختن خود و مجاهده با نفس و انس با معبود. **اعتکاف** بریدن از غیر و پیوستن به دوست برای دوباره برگشتن به جامعه است، منتهی با ره توشه درون سازی. **اعتکاف** هجرتی درونی برای سیر در دنیای باطن است و مروری بر نفسانیات خویش است تا گام تهذیب برداریم و گام بندگی بگیریم. **اعتکاف** تمرینی است سه روزه، با «قیام» و شب زنده داری و «صیام» و روزه داری تا یک عمر در معبد نیاز و سجده گاه راز و نیاز، معتکف حریم بندگی باشیم. **اعتکاف** اهل عبادت را «عید حضور» است و اهل غفلت را روزنه ای به سوی نور. خواندن و شنیدن کجا و دیدن و چشیدن کجا. [۳]

آنچه پیش رو دارید نگاهی است گذرا به سه بحث از مباحث فراوان **اعتکاف**؛ اهمیت و فضیلت **اعتکاف** در قرآن و روایات، و اینکه معتکف شدن و بودن، نیاز همه اقشار جامعه است از رئیس و مرئوس، از مرجع و مقلد، استاد و شاگرد، و باسواد و بی سواد، و مرد و زن و... و همین طور نگاهی داریم به راههای توسعه **اعتکاف**.

اهمیت و فضیلت اعتکاف

الف. قرآن

اعتکاف در لغت به معنای حبس و توقف و رو کردن به چیزی است با تعظیم و تکریم؛ و در اصطلاح، به معنای توقف و ماندن سه روز و بیشتر از آن در مسجد جامع می‌باشد. [۴]

قرآن کریم در آیاتی به مسئله **اعتکاف** اشاره کرده است؛ از جمله به حضرت ابراهیم و اسماعیل علیهما السلام فرمان می‌دهد که خانه خدا را برای طواف کنندگان و معتکفان و نماز گذاران آماده سازید، آنجا که فرمود: **هُوَ إِذْ جَعَلْنَا الْبَيْتَ مَثَابَةً لِّلنَّاسِ وَأَمْنًا وَاتَّخِذُوا مِن مَّقَامِ إِبْرَاهِيمَ مُصَلًّى وَعَهِدْنَا إِلَى إِبْرَاهِيمَ وَإِسْمَاعِيلَ أَنَّ طَهِّرَا بَيْتِيَ لِلطَّائِفِينَ وَالْعَاكِفِينَ وَالرُّكَّعِ السُّجُودِ؛** [۵] و [به خاطر بیاورید] هنگامی که خانه کعبه را محل بازگشت و مرکز امن مردم قرار دادیم، و [برای تجدید خاطره] از مقام ابراهیم، عبادتگاهی برای خود انتخاب کنید، و ما به ابراهیم و اسماعیل امر کردیم که: خانه مرا برای طواف کنندگان و معتکفان و رکوع کنندگان و سجده کنندگان پاک و پاکیزه کنید.»

این آیه شریفه به صراحت از **اعتکاف** در مسجد الحرام سخن به میان آورده است، ولی از آنجا که همه مساجد خانه‌های خداوند در روی زمین هستند، [۶] **اعتکاف** در هر یک از آنها در صورت جامع بودن مورد توجه خداوند است و دارای پاداش فراوان؛ البته با حفظ مراتب و درجات مساجد.

در آیه‌ای دیگر به یکی از احکام **اعتکاف** در مسجد پرداخته می‌فرماید: **هُوَ لَا تُبَاشِرُوهُنَّ وَأَنْتُمْ عَاكِفُونَ فِي الْمَسَاجِدِ تِلْكَ حُدُودُ اللَّهِ فَلَا تَقْرَبُوهَا كَذَلِكَ بَيَّنَّ اللَّهُ آيَاتِهِ لِلنَّاسِ لَعَلَّهُمْ يَتَّقُونَهُ** [۷]؛ «و در حالی که در مساجد به **اعتکاف** پرداخته آید، با زنان آمیزش نکنید. این مرزهای الهی است؛ پس به آن نزدیک نشوید! خداوند این چنین آیات خود را برای مردم روشن می‌سازد، باشد که پرهیزگار گردند.»

آیه فوق علاوه بر بیان یکی از احکام **اعتکاف**، این مسئله را بیان می‌کند که **اعتکاف** اختصاص به مسجد الحرام و یا مسجد النبی ندارد؛ بلکه در مساجد دیگری نیز می‌توان **اعتکاف** کرد.

ب. روایات

۱. معجون شفا بخش

اعتکاف مجموعه‌ای مرکب از مهم‌ترین عبادات واجب و مستحب است؛ لذا معجونی است شفا بخش و سازنده؛ هم اثر نماز در آن است که یاد خدا و باز دارندگی از گناهان باشد [۸] و هم نتیجه روزه که سرّی از اسرار الهی است چنانکه حضرت رضا علیه السلام فرمود: «**الصَّوْمُ سِرٌّ بَيْنَهُ وَبَيْنَ الْعَبْدِ؛** [۹] روزه سرّی بین خدا و بنده است.» و هم پاداش آن خدا و با خدا است که «**الصَّوْمَ لِي وَ أَنَا أَجْزِي بِهِ؛** [۱۰] روزه برای من است و من جزا می‌دهم (و یا من جزای او هستم).»

مخصوصاً روزه ایام البیض در ماه رجب آثار ویژه‌ای دارد، پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله فرمودند:

«هر کس سه روز از وسط ماه رجب (سیزدهم و چهاردهم و پانزدهم) را روزه بدارد و در شبهایش به نماز شب قیام کند، از دنیا رحلت نمی‌کند مگر با توبهٔ نصوح.» [۱۱]

علی علیه السلام فرمود: «هر کس یک روز از ماه رجب را در اول یا وسط یا آخر آن روزه بگیرد، گناهان او بخشیده می‌شود.» [۱۲]

امام صادق علیه السلام فرمود: «کسی که ایام البیض از ماه رجب را روزه بگیرد، خداوند به ازای هر روز، ثواب روزه داری و شب زنده داری یک سال را برای او بنویسد، و در روز قیامت، در جایگاه ایمن شدگان از آتش دوزخ خواهد ایستاد.» [۱۳]

همچنین بعضی از تروک حج در اعتکاف وجود دارد؛ مانند ترک نگاه به آینه، و عطر زدن و مجادله و... که تمرین دوری از محرمات است و بخشش گناهان را در پی دارد.

و هم دعا در آن است که مغز و مخ عبادات به شمار می‌رود. «الدُّعَاءُ مَخُّ الْعِبَادَةِ وَلَا يَهْلِكُ مَعَ الدُّعَاءِ

أَحَدٌ؛ دعا مغز عبادت است و کسی با [داشتن حالت] دعا به هلاکت نمی‌رسد.» [۱۴]

راستی اگر این مجموعه عبادات، با زمزمه نماز شب و اعتراف به گناهان همراه شود، چه آثار گرانبگایی در پی خواهد داشت.

۲. بخشش گناهان

انسان اگر کمترین توجهی به پرونده خویش داشته باشد، می‌بیند کوله باری از گناهان، آن را پر کرده است. اعتکاف فرصتی است برای تخفیف بار گناهان، و باید در اعتکاف عرضه داریم که:

کوی تو پناه بی پناهان

ای عفو تو شامل گناهان

ای راز دل شکسته من

ای مرهم قلب خسته من

محروم نکرده دردمندی

بر خسته دلان شفای دردی

چون شمع به درگهت بسوزم

بنگر ز گنه چه تیره روزم

و در روایت می‌خوانیم که «مَنْ إِعْتَكَفَ إِيمَانًا وَاحْتِسَابًا غُفِرَ لَهُ مَا تَقَدَّمَ مِنْ ذَنْبِهِ؛ [۱۵] هر کس از روی ایمان و حسابگری معتکف شود، گناهان گذشته او بخشیده می‌شود.» و همچون انسانی که تازه از مادر تولد یافته، خواهد بود. این نشان می‌دهد که اعتکاف آن قدر اهمیت دارد که می‌تواند گناه گذشته انسان را پاک کند.

۳. نجات از جهنم یا عاقبت به خیری

عاقبت به خیری یا رهایی از آتش جهنم، آرزوی تمام اولیاء و بزرگان بوده است. در دعای جوشن کبیر با آن عظمتش که مشتمل بر هزار اسم خداوند (و شاید اسم اعظم الهی) است، بعد از هر ده اسم مبارک خداوند، فریاد می‌کشیم: منزهی توای کسی که معبودی جز تو نیست... «خَلَّصْنَا مِنَ النَّارِ يَا رَبُّ؛ ما را از

آتش نجات بده! ای پروردگارم.» [۱۶]

و در دعای مبارک مجیر که در ایام البیض هم وارد است، بعد از هر دو اسم مبارک خداوند می‌گوییم:

«أَجْرُنَا مِنَ النَّارِ يَا مُجِيرُ؛ [۱۷] ما را از آتش [جهنم] پناه ده، ای پناه دهنده.»

از فضیلت و عظمت **اعتکاف** است که انسان می‌تواند در این چند روز توقف در مسجد، آینده خود را بیمه کند و خود را از آتش جهنم برهاند، چنان که در حدیث نبوی می‌خوانیم: «مَنْ اعْتَكَفَ يَوْمًا ابْتِغَاءَ وَجْهِ اللَّهِ جَعَلَ اللَّهُ بَيْنَهُ وَبَيْنَ النَّارِ ثَلَاثَةَ خَنَاقٍ؛ هر کسی روزی را برای خدا **اعتکاف** کند، خداوند بین او و آتش [جهنم] سه خندق فاصله قرار می‌دهد [و او را از آتش دوزخ نجات می‌دهد].»

۴. پاداش بی حساب

خداوند برای برخی اعمال دو برابر پاداش قرار داده و برای برخی ده برابر و برای انفاق در راه خدا هفتصد برابر: هَسْبِعَ سَنَابِلَ فِي كُلِّ سُنْبُلَةٍ مِائَةٌ حَبَّةً و برای جهاد در راه خدا، پاداش **هَبِيعِ حِسَابِ**، یعنی بی حد و مرز قرار داده است.

یکی از اعمالی که چنین پاداشی دارد، **اعتکاف** است. در حدیثی آمده است که «الْمُعْتَكِفُ يَعْكِفُ الذُّنُوبَ وَيَجْرِي لَهُ مِنَ الْأَجْرِ كَأَجْرِ عَامِلٍ الْحَسَنَاتِ كُلِّهَا؛ [۱۸] معتکف گناهان را متوقف نموده] و از بین می‌برد [و اجری بسان اجر انجام دهنده تمام نیکیها دریافت می‌دارد].»

و این پاداش آنگاه دو چندان خواهد شد که در کنار **اعتکاف**، روزه ماه رجب را هم اضافه کنیم، و آنگاه معنای «أَيْنَ الرَّجَبِيِّونَ» روشن می‌شود. حضرت صادق علیه السلام فرمود: «إِذَا كَانَ يَوْمَ الْقِيَامَةِ نَادَى مُنَادٍ مِنْ بَطْنَانِ الْعَرْشِ أَيْنَ الرَّجَبِيِّونَ؟ يَقُومُ أَنَسُ بْنُ يَضِيءَ وَجُوهُهُمْ لِأَهْلِ الْجَمْعِ عَلَى رُؤُوسِهِمْ تَبْجَانُ الْمَلِكِ وَذَكَرَ ثَوَابًا جَزِيلًا إِلَى أَنْ قَالَ: هَذَا لِمَنْ صَامَ مِنْ رَجَبٍ شَيْئًا وَلَوْ يَوْمًا مِنْ أَوْلَاهِ أَوْ وَسَطِهِ أَوْ آخِرِهِ؛ وقتی روز قیامت شد، ندا کننده‌ای از درون عرش صدا می‌زند کجایند «رجبیین» (اهل ماه رجب) پس گروهی که چهره آنان بر جمعیت درخشان است و تاج شاهی بر سر دارند به پا خیزند. آن گاه امام صادق علیه السلام ثوابهای زیادی نام برد. و بعد فرمود: همه اینها برای کسی است که قسمتی از ماه رجب را روزه بگیرد؛ اگر چه یک روز در اول یا وسط یا آخر آن باشد.»

البته همه این پاداشها برای کسانی است که **اعتکاف** جامع شرایط داشته باشند؛ هم احکام آن را مراعات نمایند و هم آداب باطنی و ظاهری آن و در واقع به اوج **اعتکاف** رسیده باشند.

سید بن طاووس رحمه الله می‌گوید: «بدان که اوج و کمال **اعتکاف** آن است که انسان عقل و دل و دیگر اعضای بدن خویش را تنها بر اعمال صالح وقف کند و آنها را بر درگاه خداوند و اراده مقدس او حبس نماید. معتکف باید فکر و جان و اعضای خود را با افسارهای مراقبت به خوبی مهار کند و از چیزهایی که روزه دار باید از آن بپرهیزد، کاملاً خودداری کند، بلکه دقت و مراقبه معتکف باید به مراتب بیشتر از روزه دار باشد؛ زیرا او هم روزه دار است و هم معتکف، و هر معتکفی خود را ملزم نموده است که

با تمام وجود به خداوند متعال روی آورد و رویگردانی و غفلت از حق را یکسره کنار نهد. بنابراین هرگاه معتکف نور عقل و جانش را به غیر خدا مشغول کند، یا عضوی از اعضای بدنش را به غیر خدا مشغول کند، یا عضوی از اعضای بدنش را در کاری که طاعت پروردگار نیست به کار گیرد، به همان میزانی که غفلت نموده، یا کوتاهی کرده، از حقیقت **اعتکاف** خود کاسته است.» [۱۹]

۵. دو حج و دو عمره

آنچه از ثوابها و پاداشها بیان شد، مربوط به مطلق **اعتکاف** بود، و اشاره شد که این پاداشها در ماه رجب افزایش می‌یابد. و در ماه مبارک رمضان مخصوصاً دهه آخر چندین برابر افزایش می‌یابد؛ زیرا **اعتکاف** همراه با زمانی می‌شود که در آن نفسهای انسان تسبیح است و خوابش عبادت، و طاعتش پذیرفته شده، و خواندن یک آیه برابر با یک ختم قرآن.

آنگاه اگر این ثوابها همراه با ثوابهای شبها و روزهای قدر شود، سر از کجا در می‌آورد.

از اینجا می‌فهمیم که چرا پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله همیشه دهه آخر ماه مبارک رمضان را **اعتکاف** می‌کرد، چنان که امام صادق علیه السلام می‌فرمود: «اعْتَكَفَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ فِي شَهْرِ رَمَضَانَ فِي الْعَشْرِ الْأَوَّلِ ثُمَّ اعْتَكَفَ فِي الثَّانِيَةِ فِي الْعَشْرِ الْوَسْطِيِّ ثُمَّ اعْتَكَفَ فِي الثَّلَاثَةِ فِي الْعَشْرِ الْآخِرِ، ثُمَّ لَمْ يَزَلْ يَعْتَكِفُ فِي الْعَشْرِ الْآخِرِ [۲۰]؛ پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله در ماه رمضان در دهه اول معتکف شد، سپس در سال دوم، در دهه دوم معتکف شد، آنگاه در سال سوم، در دهه سوم دست به **اعتکاف** زد، پس برای همیشه دهه آخر رمضان را **اعتکاف** نمود.»

و در یکی از سالها که به خاطر جنگ بدر نتوانسته بود **اعتکاف** کند، دو دهه **اعتکاف** نمود. چنانکه حضرت صادق علیه السلام می‌فرماید: «كَانَتْ بَدْرٌ فِي شَهْرِ رَمَضَانَ وَلَمْ يَعْتَكِفْ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ فَلَمَّا أَنْ كَانَ مِنْ قَابِلٍ اعْتَكَفَ عِشْرِينَ، عَشْرًا لِعَامِهِ، وَ عَشْرًا قِضَاءً لِمَا فَاتَهُ؛ [۲۱] جنگ بدر در ماه رمضان واقع شد و پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله نتوانست معتکف شود، پس در سال آینده بیست روز **اعتکاف** کرد، ده روز برای همان سال و ده روز بابت قضای سال گذشته.»

معلوم می‌شود **اعتکاف** در ماه رمضان از ویژگی خاصی برخوردار است که یک نمونه از ثوابش آن است که سکونی از امام صادق علیه السلام و آن حضرت از پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله نقل نموده که حضرتش فرمود: «اعْتَكَفُ عَشْرًا فِي شَهْرِ رَمَضَانَ تَعْدِلُ حَجَّتَيْنِ وَعُمْرَتَيْنِ؛ [۲۲] **اعتکاف** ده روز در ماه رمضان معادل [ثواب] دو حج و دو عمره است.»

اعتکاف نیاز همه

مدتی است که **اعتکاف** مقداری رونق یافته، بزرگان و مراجع و مسئولان گاه به **اعتکاف** توصیه می‌کنند و در برخی موارد خود بانیان و زمینه سازان **اعتکاف**، ولی خود آنان شخصاً در **اعتکاف** حضور نمی‌یابند، گویا **اعتکاف** فقط مربوط به شاگردان، رعیت و زیر دستان است و حال آنکه بیش از همه حضور مراجع و

بزرگان و مسئولان و مدیران در **اعتکاف** ضروری می‌نماید؛ چرا که هم فرصتی است برای رسیدگی به پرونده گذشته و تجدید قوایی است برای حالت معنوی آنان، و هم زمینه ساز و مشوق بیشتر دیگران برای حضور در این محفل نورانی و سراسر حضور. لذا لازم است در هر منطقه، بزرگان آن قوم جهت **اعتکاف** در مساجد حضور یابند.

حضرت صادق علیه السلام به عبد الملک فرمود: «يا فَضْلُ لَا يَأْتِي الْمَسْجِدَ مِنْ كُلِّ قَبِيلَةٍ إِلَّا وَافِدُهَا وَمِنْ كُلِّ أَهْلِ بَيْتٍ إِلَّا نَجِيْبُهَا! اي فضل! در مسجد از هر قبیله و طائفه‌ای [در گام اول] جز سرپرست و بزرگ آن و از هر خانواده‌ای جز فردی که نجیب آن خانواده است حضور پیدا نمی‌کند.»
وقتی بزرگان و دانه درشتها آمدند، دیگران نیز به دنبال آنان خواهند آمد. در طول تاریخ نیز انبیاء و اولیاء در حضور در **اعتکاف** پیش قدم بوده اند، به این نمونه‌ها توجه شود:

۱. حضرت سلیمان: مرحوم مجلسی به نقل از مرحوم طبرسی آورده است که «إِنَّ سُلَيْمَانَ كَانَ يَعْتَكِفُ فِي مَسْجِدِ بَيْتِ الْمُقَدَّسِ أَلْسَنَةً وَالسُّنَّتَيْنِ وَالشَّهْرَ وَالشَّهْرَيْنِ وَأَقَلَّ وَأَكْثَرَ يَدْخُلُ فِيهِ طَعَامَهُ وَشَرَابَهُ وَيَتَعَبَّدُ فِيهِ؛ براستی سلیمان همیشه در مسجد بیت المقدس به مدت یک سال و دو سال، یک ماه و دو ماه، کمتر و بیشتر، **اعتکاف** می‌کرد و غذا و آب خود را به آنجا می‌برد و در آنجا به عبادت می‌پرداخت.» [۲۳]
در ادامه این روایت آمده است که حتی مرگ حضرت سلیمان علیه السلام در همانجا و در حال **اعتکاف** اتفاق افتاد.

از آیه ۱۲۵ سوره بقره استفاده می‌شود که این سنت در زمان حضرت ابراهیم و اسماعیل علیهما السلام نیز برپا بوده است.

۲. حضرت مریم علیها السلام: آن گاه که فرشته الهی به ملاقات حضرت مریم آمد، او از مردم فاصله گرفت و در خلوت به سر برد تا در مکانی خالی و فارغ از هر گونه دغدغه به راز و نیاز با خدای خود بپردازد و چیزی او را از یاد محبوب غافل نکند. به همین جهت طرف شرق بیت المقدس را که شاید محلی آرام‌تر و یا از نظر تابش آفتاب پاک‌تر و مناسب‌تر بود، برگزید. [۲۴]
مرحوم علامه طباطبایی می‌گوید: «هدف حضرت مریم علیها السلام از دوری نمودن از مردم، بریدن از آنان و روی آوردن به سنت «**اعتکاف**» بوده است.» [۲۵]

۳. پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله: **اعتکاف**، در دوران جاهلیت به عنوان یک عمل عبادی رائج بوده است [۲۶] و حضرت محمد صلی الله علیه و آله که هنوز مبعوث به رسالت نشده بود، هر سال چند ماه را در غار حرا **اعتکاف** می‌کردند، [۲۷] ولی در اسلام با احکام و شرایط جدید، توسط شخص پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله عملاً ترویج شد؛ لذا حضرت در دهه آخر ماه مبارک رمضان همیشه معتکف بود.
۴. امام صادق علیه السلام می‌فرماید: «كَانَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ إِذَا كَانَ الْعَشْرَ الْأَوَّلَ عِتْكَفَ فِي الْمَسْجِدِ وَضَرَبَتْ لَهُ قُبَّةٌ مِنْ شَعْرِ، وَشَمَّرَ الْمِيزَرَ وَطَوَى فِرَاشَهُ؛ [۲۸] همیشه این گونه بود که در

دهه آخر [ماه رمضان] رسول خدا در مسجد معتکف می شد، خیمه‌ای از پشم برای او بر پا می کردند، و او پرده‌ای می آویخت و بستر خواب را جمع می کرد.»

و علی علیه السلام در زمینه **اعتکاف** پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله می فرمود: «فَلَمْ يَزَلْ يَعْتَكِفُ فِي الْعَشْرِ الْأَوَاخِرِ مِنْ رَمَضَانَ حَتَّى تَوَفَّاهُ اللَّهُ [۲۹]؛ پس [پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله] همیشه در دهه آخر ماه رمضان در حال **اعتکاف** بود تا آن وقت که خداوند جان او را گرفت.»

روشن است وقتی پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله این همه به **اعتکاف** اهمیت می دهد، و به آن احساس نیاز می کند، آیا دیگران نیاز ندارند که به **اعتکاف** بیشتر اهمیت دهند، و در آن حضور عملی و عینی پیدا کنند؟ از معصومین که بگذریم، علما و مراجع گذشته، این سنت با ارزش را به خوبی پاس می داشتند و شخصاً در مراسم **اعتکاف** حضور می یافتند و یا تشویق به **اعتکاف** می کردند که به نمونه‌هایی در این زمینه اشاره می شود:

۱. شیخ بهایی و شیخ عیسی عاملی: در عصر صفویه در سایه تلاشها و حضور عینی دو عالم بزرگ آن زمان، شیخ بهایی قدس سره (۹۳۵ - ۱۰۳۰ هجری قمری) و شیخ لطف الله عیسی عاملی اصفهانی (متوفای ۱۰۳۲ - ۱۰۳۳ هجری قمری) رونق خاصی در شهرهای ایران به ویژه قزوین و اصفهان یافت. [۳۰]

۲. مقدس اردبیلی: یکی از سالهای قحطی، مرحوم مقدس تمام خوراکی منزل را بین فقرا تقسیم می کند، و برای خود چون فقرا، سهمی بر می دارد. همسرش به او تندی نموده و می گوید: در مثل چنین سالی اولاد خود را فقیر می گذاری؟ آن مرحوم چیزی نمی گوید و با آن اوضاع برای **اعتکاف** به مسجد کوفه می رود و در آنجا معتکف می شود. روز دوم **اعتکاف** او، شخصی مقداری گندم اعلا و آرد نرم به خانه آن مرحوم می آورد، و می گوید: صاحب منزل اینها را برای شما فرستاده و خود در مسجد کوفه معتکف است. پس از پایان **اعتکاف** که مقدس به خانه می آید، همسرش به او می گوید: آذوقه‌ای که به وسیله آن عرب فرستاده بودی بسیار عالی و درجه یک بود. مرحوم مقدس متوجه می شود که این از جانب خداوند و عنایت حضرت مهدی علیه السلام بوده است، پس حمد و ثنای الهی به جای می آورد. [۳۱]

۳. مرحوم قاضی طباطبائی: او که استاد کل عرفا بود، در مسجد کوفه و مسجد سهله حجره داشت، و بعضی از شبها را به تنهایی در آن حجرات بیتوته می کرد و شاگردان خود را توصیه می کرد، بعضی از شبها به عبادت در مسجد کوفه و یا سهله پردازند. [۳۲]

۴. میرزا حسین خلیلی: حاج میرزا حسین خلیلی متولد ۱۲۳۰ در نجف اشرف و متوفای ۱۳۲۶، از شاگردان مبرز شیخ انصاری رحمه الله بود. وی اخلاقی نیکو و نفسی کریم و دستی باز داشت. از خصوصیات او این بود که هر ساله دهه آخر ماه رمضان را در مسجد کوفه معتکف می شد. در بین طلوعین زیارت عاشورای او ترک نمی شد. و در اغلب زیارات مخصوصه از نجف تا کربلا پیاده می رفت. [۳۳]

۵. شیخ حسنعلی نخودکی: عالم عامل، شیخ حسن علی نخودکی اصفهانی، بسیاری از عمر ارزشمند

خود را به **اعتکاف** سپری نمود. او استمداد از ارواح مطهر ائمه هدی علیهم السلام را یکی از شرایط سلوک الی الله می دانست، از این رو به **اعتکاف** و زیارت مشاهد متبرکه ائمه علیهم السلام اهتمام می ورزید. و همچنین در مساجد و بقاع متبرکه مانند مسجد لبنان، و مقبره علی بن سهل اصفهانی، و... و همچنین کوه صفا که محل عبادت استاد ایشان بود به **اعتکاف** و عبادت مشغول می شد. [۳۴]

۶. میرزا مهدی بروجردی: مرحوم میرزا مهدی بروجردی (۱۳۰۰ - ۱۳۸۹ هجری قمری) از ملازمان و کارپردازان آیت الله شیخ عبد الکریم حائری رحمه الله، مؤسس حوزه علمیه قم بود. یکی از استادان حوزه درباره میرزا مهدی می گوید: «ایشان زمانی به تنهایی در مسجد امام حسن عسکری علیه السلام معتکف می شدند و هیچ کس دیگری با وی نبود. این جانب نیز به دو دلیل به ایشان ملحق شدم. اول آنکه **اعتکاف** را دوست می داشتم. دیگر اینکه **اعتکاف** که سنت پیامبر ماست، رنگ فراموشی به خود گرفته بود، و وظیفه هر مسلمانی است که به قدر توان خود در راه احیاء و ترویج سنتهای اسلامی کوشش کند... آیت الله بروجردی رحمه الله علاوه بر تعطیل درسها در ایام **اعتکاف**، معتکفان را مورد لطف و رحمت قرار می داد.» [۳۵]

دو خاطره و یک گلایه

استاد مطهری رحمه الله می گوید: «ما که بچه بودیم در منزل خود ما من از هفت و هشت سالگی کاملاً یادم هست اصلاً اینکه ماه رجب دارد می آید مشخص بود. می گفتند: یک هفته به ماه رجب مانده، سه روز مانده، امشب احتمالاً شب اول ماه رجب است... مرحوم ابوی ما و مرحوم والده ما غیر از اول و آخر ماه رجب و غیر از ایام البیض، پنج شنبه‌ها و جمعه‌ها روزه بودند و بلکه مرحوم ابوی ما در بعضی از سالها دو ماه رجب و شعبان را پیوسته روزه می گرفتند و به ماه مبارک رمضان متصل می کردند. اصلاً این ماه، ماه استغفار و توبه و عبادت است.» [۳۶]

در جای دیگری می گوید: «در سال ۱۳۲۱ به اصفهان رفته بودیم... در مدرسه نیماورد اصفهان بودیم... یک وقت صدای مرحوم حاج میرزا علی آقا شیرازی را شنیدم... با همان آهنگی که داشت و با آن حال و روحی که داشت این تعبیر را به کار می برد: «آن وقتی که بگویند: «این الرجیون» و ما در پیشگاه پروردگار شرمسار باشیم، در ماه رجب هیچ چیز نداشته باشیم و اصلاً جزء رجیون شمرده نشویم، چه خواهیم کرد؟» غرض این است [این ماه، ماه استغفار و عبادت و روزه است و این سنتها در میان ما به کلی دارد فراموش می شود، ماه رجب می آید بزرگهایمان] متوجه نمی شوند] تا چه رسد به بچه ها. کم کم اگر به بچه‌ها بگوییم، ماههای قمری را از محرم تا ذی الحجه بشمار، نمی توانند. اصلاً فراموش می شود که چنین ماههایی هم وجود داشته است. ولی به هر حال تکلیف هرگز از ما ساقط نمی شود.» [۳۷]

تمامی آنچه در این بخش بیان شد، نشان می دهد که باید علما، بزرگان، استادان، مدیران و... در این سنت نبوی پیش قدم باشند و با شرکت خویش زمینه تشویق و ترغیب دیگران را فراهم نمایند.

راهکارهای گسترش اعتکاف

۱. پیش قدمی بزرگان

اولین عاملی که می‌تواند در توسعه و همه گیر شدن اعتکاف نقش به سزایی داشته باشد، شرکت بزرگان و خواص هر جامعه و شهر و محل است. یقیناً در هر شهری عالم محبوب، مدیر لایق، استاد و معلم فرزانه و... وجود دارد، اگر اینها در شرکت در اعتکاف پیشگام شوند، مردم را نیز می‌توانند به دنبال خود بکشانند.

به عنوان نمونه در جشن عاطفه‌ها و کمک به سیل زدگان و زلزله زدگان و... اول کمک شخصیت‌های درجه اول کشور اعلام می‌شود، آنگاه مردم هم به دنبال آنها حرکت می‌کنند. همین پیش قدمی را در اعتکاف هم می‌توانند اعمال کنند.

۲. طرح همزمان ابعاد فردی و اجتماعی دین

یکی دیگر از عوامل گسترش اعتکاف و مقوله‌هایی از این دست، طرح همزمان جنبه‌های فردی و اجتماعی دین است. تاکید بر دو جنبه دین در کنار هم سبب می‌شود تا مردم به مقوله‌هایی مانند اعتکاف با عظمت بنگرند و تنها با، تاکید دائمی و یک جانبه بر جنبه‌های اجتماعی دین، ویا فواید مادی و دنیوی آن، رفته رفته برنامه‌های عبادی و تربیتی دین را در اذهان، بی اهمیت و کم رنگ جلوه می‌دهد. همانگونه که منحصر کردن دین در آداب و برنامه‌های فردی و معنوی و جدا از مقوله‌های اجتماعی، تصویری ناقص از دین محسوب می‌شود.

امروزه به لطف الهی خیل عظیمی از جوانان کشور، تشنه و جویای معنویتند. آنان به دنبال روزنه‌ای می‌گردند تا شمیم دل انگیز معنویت اسلامی را از آن استشمام کنند. بها دادن به پدیده‌هایی همچون اعتکاف، پاسخی مثبت و مشروع به این نیاز حیاتی و بنیادین نسل جوان و جامعه است. [۳۸]

۳. تبیین سادگی و عدم دشواری اعتکاف

معمولاً عدم آگاهی نسبت به چیزی، سبب می‌شود تا انسان آن را سخت و دشوار تلقی کند. بی اطلاعی از احکام، آداب و شرایط اعتکاف، باعث می‌شود تا در اذهان برخی مردم مشکل جلوه کند، حال آنکه اعتکاف گرچه با برخی محدودیتها همراه است، عمل دشواری نیست. مثلاً در مورد روزه _ که شرط حتمی اعتکاف است _ می‌توان آن را در ماه مبارک رمضان، مخصوصاً در ایام و شبهای قدر قرار داد که زمان اصلی اعتکاف در سیره معصومان است. در این صورت، معتکف به جز روزه واجب و حضور در مسجد جهت ایام قدر، کار جداگانه‌ای انجام نداده است و تروک اعتکاف که عبارت است از بوییدن عطر و گیاهان معطر، خرید و فروش و مجادله و بحث برای اظهار فضیلت و نزدیک شدن به همسر، برای یک مسلمان کار دشواری نیست. [۳۹]

۴. تبیین تاریخ اعتکاف و همراهان این راه

قرآن کریم آنجا که می‌خواهد روزه یک ماه رمضان را بر مردم واجب کند، برای پذیرش جامعه می‌فرماید: «روزه بر شما نوشته و واجب شده است؛ چنانکه بر امتهای قبل از شما واجب شده بود.» [۴۰] این نشان می‌دهد که اگر انسان بداند در این راه تنها نیست و این راه، روندگان قبلی داشته، راحت‌تر می‌تواند بپذیرد و اگر احساس کند که تنها است و اولین رونده است، احساس ترس و نگرانی دارد. اگر بیان شود که در امتهای قبل نیز اعتکاف به صورت مشکل‌تری بوده است، و هم اکنون در جوامع اسلامی مخصوصاً در مکه و مدینه، مردم و جوانان راحت‌تر این مسئله را پذیرا شده‌اند و از آن استقبال می‌نمایند، تأثیر به‌سزایی خواهد داشت.

۵. تبیین ثواب اعتکاف

اگر بپذیریم که اعتکاف دشواریهایی دارد، باید تبیین شود که تحمل این اندک سختی و ریاضت، نتایج گرانبهایی به ارمغان می‌آورد. برخی از این آثار در بخش اول بیان شد؛ همچون بخشش گناهان، اجر بی حساب، نجات از جهنم، و همین‌طور تقویت اراده، تزکیه نفس، تعالی معنوی، چشیدن لذتهای معنوی و.. و امثال این آثار برای جامعه و مخصوصاً جوانان به خوبی باید بیان شود، و در سطح وسیع مطرح گردد. آنگاه به خوبی مردم از اعتکاف استقبال می‌نمایند.

۶. زدودن ابهامهای موجود درباره اعتکاف

به نظر می‌رسد وجود برخی سؤالات و ابهامها پیرامون اعتکاف نیز در کم رنگ شدن این سنت اسلامی بی‌تأثیر نبوده است. باید برای مردم روشن شود که اعتکاف با حس مسئولیت اجتماعی تنافی ندارد، و اینکه اعتکاف اتلاف بیهوده وقت نیست و در کنار آن می‌توان به مطالعه، تحصیل علم و دانش و انجام کارهای مباح پرداخت.

از جمله پرسشهایی که برای مدیران و مسئولان مطرح است، این است که در موارد ضرورت برای

انجام برخی کارها، آیا می‌توانند از محل اعتکاف خارج شوند یا نه؟

اولاً: باید گفت تا داخل روز سوم نشده اعتکاف واجب نیست و اگر مشکلی پیش آمد، می‌تواند

اعتکاف را بهم بزند، و حتی می‌تواند از اول به گونه‌ای نیت کند که هر وقت خواست حتی روز سوم از

حالت اعتکاف خارج شود. [۴۱]

و ثانیاً: مواردی برای خروج از مسجد استثنا شده است، مانند: گواهی دادن در دادگاه، تشییع جنازه،

نماز جماعت. و برای انجام سایر کارهای ضروری عرفی یا شرعی، خواه واجب باشد یا مستحب، مربوط به

امور دنیوی باشد یا اخروی، ولی مصلحتی در آن نهفته باشد، می‌توان خارج شد. [۴۲]

ممکن است اطلاق این فتوا شامل برخی کارهای ضروری اداری نیز بشود. مرحوم صاحب وسائل شش

روایت را نقل نموده که معتکف نمی‌تواند از محل **اعتکاف** خارج شود: «إِلَّا لِحَاجَةٍ لَا بُدَّ مِنْهَا؛ مگر برای کاری که ناچار از انجام آن است». [۴۳]

بر فقها است که تعیین فرمایند، آیا این حاجت شامل برخی کارهای مهم اداری نمی‌شود و آیا برای انجام حاجات مردم می‌توان از مسجد خارج شد؟

روایتی را به عنوان حسن ختام نقل می‌کنیم، شاید بتواند راهگشا باشد. میمون بن مهران می‌گوید: در نزد حسن بن علی علیه السلام [در مسجد در حال **اعتکاف**] نشسته بودم که مردی بر او وارد شد، عرض کرد: یابن رسول الله! فلانی از من مالی طلب دارد و می‌خواهد مرا در مقابل مالش حبس کند. حضرت فرمود: به خدا قسم مالی نزد من نیست تا قرضت را بپردازم. عرض کرد: [لااقل] با او صحبت کنید [شاید مهلت دهد]. راوی می‌گوید حضرت امام حسن نعلین خود را پوشید [و با او راه افتاد]. پس به او عرض کردم: آیا **اعتکاف** را فراموش کردی؟

حضرت فرمود: «لَمْ أَنْسِ وَلَكِنِّي سَمِعْتُ أَبِي يَحَدِّثُ عَنْ جَدِّي رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ إِنَّهُ قَالَ: مَنْ سَعَى فِي حَاجَةِ أَخِيهِ الْمُسْلِمِ فَكَأَنَّمَا عَبْدَ اللَّهِ عَزَّوَجَلَّ تَسَعَةً آلَافٍ سَنَةً صَائِمًا نَهَارَهُ، قَائِمًا لَيْلَهُ؛ نه، فراموش نکردم، ولی از پدرم شنیدم که از جدم رسول خدا صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ نقل نمود که آن حضرت فرمود: کسی که در [برآوردن] حاجت برادر مسلمانش تلاش کند، پس گویا خدای عزیز و جلیل را نه هزار سال، در حالی که روزها روزه دارد، و شبها در حال نماز بیدار است، پرستش کرده است.»

از روایت فوق استفاده نمی‌شود که حضرت **اعتکاف** را باطل نمود، بلکه ظاهر (والله العالم) این است که با حفظ **اعتکاف**، در پی حاجت آن شخص رفت. اگر این مطلب تمام باشد، به خوبی می‌توان نتیجه گرفت که می‌شود برای برآوردن حاجات مردم بیرون رفت و با انجام آن با سرعت دوباره برگشت. مخصوصاً اگر این روایت را در کنار شش روایت قبلی _ که مورد اشاره قرار گرفت _ قرار دهیم، به خوبی می‌توان گفت که یکی از موارد حاجت، قضای حاجت مؤمنان است، مخصوصاً در مواردی که لازم و حیاتی شمرده می‌شود.

• پاورقی

[۱]. محمد باقر مجلسی، بحار الانوار، بیروت، ج ۷۰، ص ۲۵۲؛ اصول کافی، ج ۲، ص ۸۳.

[۲]. بحار الانوار، همان؛ اصول کافی، همان.

[۳]. جملات پایانی اقتباس از جواد محدثی، خیمه، ویژه نامه **اعتکاف**، رجب ۱۴۲۴، ص ۸.

[۴]. راغب اصفهانی، المفردات، تهران، دفتر نشر کتاب، چاپ دوم، ۱۴۰۴، ص ۳۴۳؛ و مجمع

البحرین؛ ج ۷، ص ۱۰۳، ماده عکف.

- [۵]. بقره / ۱۲۵.
- [۶]. محمد باقر مجلسی، بحار الانوار، بیروت، ج ۸۳، ص ۳۸۳.
- [۷]. بقره / ۱۸۷.
- [۸]. اشاره به آیه هَانِ الصَّلَاةَ تَنْهَى عَنِ الْفَحْشَاءِ.
- [۹]. بحار الانوار، همان، ج ۶۹، ص ۳۸۱.
- [۱۰]. همان، ج ۹۶، ص ۲۵۴.
- [۱۱]. حرّ عاملی، وسائل الشیعه، بیروت، دار احیاء التراث العربی، چاپ چهارم، ۱۳۹۱ م، ج ۷ (بیست جلدی) ص ۳۵۷، ح ۲۱.
- [۱۲]. همان، ص ۳۵۴، ح ۱۰.
- [۱۳]. همان، ص ۳۵۷، ح ۲۲.
- [۱۴]. شیخ عباس قمی، سفینه البحار، مکتبه السنائی، ج ۱، ص ۴۴۶.
- [۱۵]. متقی هندی، کنز العمال، بیروت، مؤسسه الرساله، ج ۸، ح ۲۴۰۰۷.
- [۱۶]. مفاتیح الجنان، ص ۱۴۴، دعای جوشن کبیر.
- [۱۷]. همان، ص ۱۳۲، دعای مجیر.
- [۱۸]. همان، ج ۸، حدیث ۲۴۰۱۲.
- [۱۹]. سید بن طاووس، الاقبال الاعمال، ص ۱۹۵.
- [۲۰]. وسائل الشیعه، همان، ج ۷، ص ۳۹۷، ح ۴.
- [۲۱]. همان، ص ۳۹۷، ح ۲.
- [۲۲]. همان، ح ۳.
- [۲۳]. بحار الانوار، همان، ج ۱۴، ص ۱۴۱.
- [۲۴]. ناصر مکارم شیرازی، تفسیر نمونه، تهران، دار الکتب الاسلامیه، ۱۳۷۰، ج ۱۳، ص ۳۳.
- [۲۵]. علامه سید محمدحسین طباطبائی، المیزان، تهران، دار الکتب، ج ۱۴، ص ۳۴.
- [۲۶]. ر. ک: سید مرتضی، المسائل الناصریات، ص ۱۹؛ علامه حلی، تذکره الاولیاء، ج ۶، کتاب اعتکاف، ص ۲۳۹.
- [۲۷]. نهج البلاغه، ترجمه محمد دشتی، خطبه ۱۹۲، ص ۳۹۸.
- [۲۸]. وسائل الشیعه، ج ۷، ص ۳۹۷، ح ۱.
- [۲۹]. بحار الانوار، همان، ج ۹۴، ص ۷.
- [۳۰]. مجله خیمه، همان، ص ۲۱.
- [۳۱]. فوائد الرضویه، ص ۲۳. به نقل از سید مهدی شمس الدین، ره توشه سالکان، انتشارات قدس،

اول، ۱۳۷۳، ص ۸۶ ۸۷ با تلخیص.

[۳۲]. مهر تابان، ص ۱۹.

[۳۳]. زندگانی شیخ انصاری، ص ۲۴۹، به نقل از ره توشه سالکان، همان، ص ۸۸.

[۳۴]. همان، ص ۸۹ و ر. ک: نشان از بی نشانها، ص ۲۴.

[۳۵]. مجله خیمه، همان، ص ۲۳.

[۳۶]. مرتضی مطهری، آشنایی با قرآن، قم، انتشارات صدرا، ج ۸، ص ۲۳۳.

[۳۷]. همان، ص ۲۳۴ ۲۳۵، با تلخیص.

[۳۸]. رحیم نوبهار، اعتکاف سنتی محمدی صلی الله علیه و آله، انتشارات مؤسسه عمران مساجد،

چاپ سوم، ۱۳۷۷، ص ۵۰ ۷۰، با اضافات.

[۳۹]. با نگاهی به: اعتکاف تطهیر صحیفه اعمال، قم، مسجد جمکران، ۱۳۷۵، ص ۴۳.

[۴۰]. بقره / ۱۸۳.

[۴۱]. سید محمد کاظم طباطبائی یزدی، العروة الوثقی، قم، مؤسسه اسماعیلیان، ۱۴۱۲، ج ۲، ص ۸۵

مسئله ۴۰.

[۴۲]. همان، ج ۲، ص ۸۳ مسئله ۳۰.

[۴۳]. وسائل الشیعه، همان، ج ۷، ص ۴۰۸ ۴۰۹.