

# آرامش قلوب در انس با قرآن تدبر در قرآن

در طول ۳۳ سال در فراز و نشیبهای زندگی پیامبر (ص) در شرایط گوناگون از هم، نازل گشته است نمی‌تواند ساخته و پرداخته ذهن بشر، بلکه هر موجود مادی باشد که پیوسته محکوم به تغییر و تحول و حرکت از نقص به سوی کمال نسبی خویش هستند.

یعنی با تدبر در قرآن می‌توان به این نتیجه رسید که قانون کلی در مورد انسان و بقیه کائنات تحول و دگرگونی است؛ هم در قول و هم در عمل، اما قرآن این گونه نیست. علامه طباطبایی (ره) در این زمینه می‌فرماید: «قرآن کتابی است در برگیرنده قوانین فردی و اجتماعی، مسائل مربوط به معاد، قصص و... که به تدریج نازل گردیده و با گذشت ایام دستخوش تغییر و تحول نمی‌گردد. از لحاظ شخصی هم انسان با تدبر در آیات قرآن و مجسم کردن مبدا و معاد هم داستان خلقت برایش یادآوری می‌شود و هم آینده را پیش روی خود می‌بیند.» (۳)

## در ضرورت تدبر در قرآن

قرآن دارای چهار مرتبه از فهم و تدبر است که نخست مرتبه «عبارت» است که سهم عموم مردم است. دوم مرتبه «اشارات» است که سهم علماء است. سوم مرتبه «لطافت» است که سهم اولیاء است. چهارم مرتبه «حقایق قرآن» است که سهم انبیاء و معصومین (ع) می‌باشد که جنبه تخصصی دارد.

اثنه‌علیهیم السلام با بیان‌های متنوع مردم را به تدبر در آیات قرآن فراخوانده‌اند. حضرت علی (ع) می‌فرماید: «قرآن را فراگیرید زیرا قرآن بهترین حرف نو است و در آن اندیشه عمیق کنید زیرا آن بهار قلب‌هاست. و به وسیله نور آن شفا گیرند زیرا آن شفای سینه‌هاست.» (۴)

همچنین فرموده‌اند: «دل‌های سخت خود را به وسیله آن به بیم و هراس افکنید و همت شما این نباشد که سوره را به آخر برسانید.» (۵)

بدون تدبر در قرآن نمی‌توان از ذخائر بیکران و پرخیز و برکت کلام خدا بهره‌ای جست و از ظلمات نردید و حیرت‌رهایی یافت و به ایمانی استوار دست یافت. حقیقت تدبر در آیات قرآن همان تلاوت راستین آن است که از قرائت آیات شروع و با تأمل و تعمق در معنا، پیام‌ها و خواسته‌ها ادامه می‌یابد و با تعهد و التزام و عمل به مضامین آنها ختم می‌گردد.



وسیعتری دارد و علاوه بر این موارد به علل و اسباب و روابط پدیده‌ها نیز توجه دارد. به عبارت دیگر تدبر دقت بیایی در عواقب و نتایج امور است و اما تفکر اندیشه در علل و دلایل می‌باشد.

اما مراد از تدبر در قرآن، عبارت است از تدبر در آیات و دقت در کشف مفاهیم و روابط ناپیدای موجود در هر یک از آیات و ارتباط آیات با یکدیگر و ارتباط آیه‌ای از یک سوره با آیه و آیات در سوره‌های دیگر. تدبر در قرآن به معنی ژرف‌اندیشی و عقبت‌اندیشی چهار بار ذکر شده است «افلم یدبروا القول... مومنون ۶۸»

«بس چرا در سخن قرآن به معنی ژرف‌نپندیشیدند.» کشف انسجام و هماهنگی و عدم وجود اختلاف نیازمند پیگیری و بررسی آیات در یک سوره و آیات یک سوره با کل قرآن دارد تا معلوم گردد کتابی که

«تدبروا آیات القرآن و اعتبروا فانه ابلیغ العبر» (در آیات قرآن تدبر کنید و به وسیله آن عبرت گیرید چرا که تدبر در آن رساترین عبرت‌هاست.) (۱) حضرت علی (ع)

تدبر از ریشه «دبر» به معنی پشت سر و واقعیت چیزی است و به معنی اندیشیدن در پشت و ماوراء امور و عاقبت کارها می‌باشد. «تدبر» به معنای اندیشه عمیق و بیایی و مستمر در ورای ظواهر گفتار، نوشته و اعمال انسان، برای روشن شدن چهره واقعی و ظاهر شدن باطن امور می‌باشد. (۲)

با تدبر و اندیشیدن در ورای ظواهر، چهره امور جلوه گر شده، عاقبتش برملا می‌گردد. تدبر یک معنای خاص‌تر از تفکر دارد؛ چرا که تدبر ژرف‌اندیشی و دقت نظر در نتایج، سرانجام‌ها، عواقب رفتارها و پدیده‌ها و شیوه‌های زندگی است. اما تفکر معنای

بنابر این تلاوت کنندگان حقیقی کسانی هستند که مراحل سه گانه قرائت، تامل و عمل را مدنظر دارند و اینان حق تلاوت قرآن را رعایت کردند. بنابر این حق تلاوت فقط حفظ کردن آیات و حروف آن و قرائت سوره‌ها نیست که با این کار حروف قرآن را حفظ کرده‌اند و حدود آن را ضایع ساخته‌اند. تدبر در آیات قرآن در فهم آن هم نقش بسزایی دارد. در روایات، خواندن بی‌تامل و تدبر قرآن بدون خیر و اسفبار نامیده شده است. در آیه ۸۳ سوره نساء فهم اعجاز قرآن در هماهنگی منوط به تدبر دانسته شده است. یعنی تدبر در قرآن زمینه پی بردن به حقایق آن را فراهم می‌سازد و انسان را به راه صحیح دستیابی به کمال رهنمون می‌کند؛ مگر کسانی را که در اثر گناه بر دل‌هایشان قفل زده باشند.

### در شرایط قبل از تدبر در قرآن:

#### طهارت

قرائت قرآن نوعی حضور به پیشگاه حضرت حق است و ورود به این بارگاه ملکوتی بدون طهارت امکان ندارد و قرآن ملاقات با خدا و گفتگوی غیررسمی با خداست. بنابر این طهارت شرط لازم است که نظافت بدن و لباس قدم اول است و بعد طهارت شرعی یعنی وضو یا غسل و در صورت نبود آب تیمم و بعد طهارت فکر و طهارت از روی کردن به گناه و طهارت از آلودگی چشم و زبان و دست. که بنده خدا در شرایطی که بر غیر طهارت باشد قرآن نمی‌خواند تا آنکه طهارت را به دست آورد. (۶)

از دیگر طهارات مسواک کردن است، چرا که رسول خدا (ص) فرمودند: «مسیر قرآن را پاک نمایید؛ سؤال شد مسیر قرآن کدام است؟ فرمودند: دهانتان. سؤال شد با چه چیزی؟ فرمودند: با مسواک زدن.» (۷)

#### زمان مناسب

وقت طلوع و غروب خورشید که بر وجودهای لطیف و حساس تاثیرات عمیقی برجای می‌گذارد، این دو وقت از اوقات استجابت دعاست و شیطان سعی فراوان در اغفال انسان از این دو وقت دارد. و وقت دیگر دو ثلث آخر شب. خصوصاً ثلث آخر می‌باشد که در سوره مزمل به آن تاکید شده است. امام صادق (ع) می‌فرمایند: «هروقت خورشید

### قرائت قرآن نوعی مضور به پیشگاه حضرت حق است و ورود به این بارگاه ملکوتی بدون طهارت امکان ندارد

صغیر گشت پس خدای عزیز و جلیل را یاد کن و اگر با قومی هستی که تو را سرگرم می‌کنند پس برخیز و دعا نما.» (۸)

#### مکان مناسب

۱. **خانه:** قرآن تاثیر عمیقی بر اهل خانه دارد. صوت زیبای قرآن در فضای خانه روح اهل خانه مخصوصاً کودکان و نوجوانان را به سوی حقایق و انس با قرآن سوق می‌دهد و آنها را به صورت غیرمستقیم متحول می‌کند. قرائت قرآن باعث دفع آفات و شرور و وسوسه‌های شیاطین و جلب برکات و رحمت الهی می‌باشد و بد اخلاقی و ناراحتی را که زائیده فضای آلوده و مسموم شیطانی می‌باشد از خانه دور کرده و نور الهی در خانه جلوه‌گر می‌شود. امام صادق (ع) از امیرمؤمنان (ع) روایت می‌کنند که فرمودند:

«آن خانه‌ای که قرآن در خوانده می‌شود و خداوند عزیز و جلیل در آن یاد می‌شود برکتش فراوان می‌گردد و فرشته‌ها در آن حضور می‌یابند و اهریمنان آن را ترک می‌کنند و خانه به اهل آسمان روشنی می‌بخشد همانگونه که ستاره‌ها برای اهل زمین روشنی می‌بخشند.» (۹)

تعلیم قرآن توسط کودکان مایه رفع عذاب از اهل خانه و از جامعه می‌شود، در این مورد اصبح نباته از امیرمؤمنان (ع) نقل می‌کند: «خداوند قصد عذاب همه اهل زمین را می‌نماید تا آنجا که احدی را مستثنی نمی‌گرداند. وقتی که به گناهان عمل می‌کنند و آلودگی‌ها را مرتکب می‌شوند، پس وقتی به پیرمردان می‌نگردد که به سوی مساجد برای نماز قدم برمی‌دارند و کودکان را می‌بیند که قرآن را فرامی‌گیرند برایشان رحمت آورده آن را از ایشان به تاخیر می‌اندازد.» (۱۰)

۲. **مساجد:** مساجد در روی زمین خانه‌های خدا می‌باشند که برای اهل آسمان روشنی می‌بخشد همانطور که ستاره‌ها برای اهل زمین پرتو افشانی می‌کنند. «هر کس قرآن سخنش و مسجد خانه‌اش

گردد، خدا برایش خانه‌ای در بهشت بنا کند.» (۱۱)

### در آداب هنگام تدبر در قرآن

**رو به قبله نشستن:** برای انطباق جهت ظاهری عمل بجهت قلبی‌اش و وحدت بخشی ظاهر و باطن وجود انسان، جهت قبله سمبل توجه به خدا قرار داده شده است. این سمبل مایه تذکر است برای انسان غافل، تا توجه قلبی‌اش در زندگی و برنامه‌هایش را به سوی خدا گرداند و توجه‌اش را از غیر حق گرفته و کاملاً متوجه کمال خوبی‌ها نماید. این توجه همت انسان را بالا می‌برد و آن قدر شخصیت و ارزشش به انسان می‌بخشد که دیگر حاضر نمی‌شود به هر پستی‌ای تن دردهد.

**از رو خواندن قرآن:** نظر کردن به قرآن و آیاتش خود عبادت محسوب می‌شود و تاثیر زیادی در نورانیت و روشنی چشم دارد. اسحاق بن عمار می‌گوید: به امام صادق (ع) گفتم فدایت گردم من قرآن را بر صفحه دلم حفظ می‌نمایم پس آیا آن را از حفظ بخوانم افضل است یا اینکه در مصحف بنگرم؟ فرمودند: بلکه آن را بخوان و در مصحف بنگر پس آن افضل است مگر ندانستی که نظر در مصحف عبادت است. (۱۲)

امام صادق (ع) می‌فرماید: «کسی که قرآن را از مصحف بخواند از رزق چشمش بهره‌مند می‌شود و برای عذاب پدر و مادرش تخفیف داده می‌شود اگرچه آن دو کافر باشند.» (۱۳)

**خواندن دعای شروع و ختم تدبر:** حضرت علی (ع) می‌فرمایند در ختم قرآن بگو: «بار خدایا سینه‌ام را با قرآن بگشا و بدنم را به واسطه قرآن بکار گیر و دیده‌ام را به سبب قرآن منور گردان و زبانم را به واسطه قرآن روان ساز و بر آن مرا یاری فرما مادامی که مرا باقی گذاشته‌ای چرا که هیچ حائل از گناه و نه قدرت بر طاعتی نیست مگر به واسطه تو.» (۱۴)

**استعاذه (پناهنده شدن به خدا):** خداوند در سوره نحل آیات ۹۸ و ۹۹ می‌فرماید: «هرگاه قرآن می‌خوانی پس به خدا از شر شیطان سنگسار شده پناه بر؛ چرا که او بر کسانی که ایمان آورند و بر پروردگارشان تکیه می‌کنند هیچ تسلطی ندارد.»

ادامه در صفحه ۹۶

بله از آنجا که انسان با دشمنی خطرناک و نامرئی که لشکری عظیم از شیاطین جن و انس در اختیار دارد روبروست و از آنجا که این دشمن پایگاهی بسیار محکم به نام نفس اماره در درون او دارد در برابر این تهاجمات ضعیف و عاجز است و تنها راه فرار، فرار به سوی خداست که «فروا الی الله انی لکم منه نذیر مبین، پس به سوی خدا فرار کنید چرا که من برای شما از جانب خدا هشدار دهنده‌ای روشنگرم.» (سوره داریات، آیه ۵۰)

در واقع استعاده فرار از چنگ شیاطین و آثارشان و پناهنده شدن به خدا می‌باشد و نقش تخریبی دارد تخریب بنیادهای شیطان در فکر و دل انسان.

**استمداد و یاری جستن از خدا با «بسم**

**الله الرحمن الرحیم»**

این ذکر نزدیکترین تعبیر به اسم اعظم الهی است. از این رو اعظم آیات و اکرم آیات نامیده شده است. از آثار تسمیه (ذکر بسم الله الرحمن الرحیم) سلامتی، خیر، برکت و توفیق در عمل است و نه تنها جان انسان مبارک می‌شود و از صدمه و فساد و تباهی رهایی می‌یابد بلکه عمل نیز با خیر و برکت می‌گردد.

با بسم الله الرحمن الرحیم انسان در دریای انوار الهی با عنایت و یاری خدا به سیر و سلوک پرداخته و نفس را تزکیه و تطهیر می‌نماید و نقش سازندگی دارد. سازندگی نفس و اعمال و کسب ایمان و تقوا.

#### منابع:

- ۱- پژوهش بی‌رامون بندیر در قرآن، تالیف ولی‌الله نغی یورفر، انتشارات اسوه، نوبت چهارم، تابستان ۱۳۸۱.
- ۲- روس برداشت از قرآن، علی صفایی حائری، انتشارات لبله العدر، بهار ۸۱، جاب اول، جاب سرور.
- ۳- مجلات کونتر، شماره ۶۳.
- ۴- سایت اینترنتی اندیشه قم (WWW andisheqom.com)
- ۵- سایت اینترنتی امام مهدی (WWW emam mahdi.com)
- پاورقی
- ۱- غررالحکم
- ۲- مفردات راجع، واره «دبر»
- ۳- المعیاز، جلد ۵، ص ۲۰.
- ۴- نهج البلاغه، خطبه ۱۱۰.
- ۵- اصول کافی، ج ۴، ص ۱۱۰.
- ۶- وسائل الشیعه، ج ۴، باب ۱۳ - ج
- ۷- وسائل الشیعه، ج ۱، ابواب السواک، باب ۷، حدیث ۱
- ۸- اصول کافی، کتاب الدعاء، ج ۲، صفحه ۵۲۲، حدیث ۱ و ۲ و ۹
- ۹- وسائل الشیعه، جلد ۴، باب ۱۶، حدیث ۱ و ۲ و ۶.
- ۱۰- وسائل الشیعه، جلد ۴، باب ۷، ج ۲.
- ۱۱- مستدرک الوسائل، ج ۳، باب احکام مساجد.
- ۱۲- وسائل الشیعه، ج ۴، کتاب فرائض قرآن.
- ۱۳- وسائل الشیعه، حدیث ۱ و ۳ کتاب فرائض قرآن.
- ۱۴- معصاج المجتهد، ص ۲۸۶.