

تأثیر غفلت زدایی در استجابات دعا بر اساس مناجات راغبین

مهلا امامی گوهری^۱

چکیده

مقاله به بررسی نقش غفلت و روش‌های غفلت زدایی در تقویت ارتباط انسان با خدا و افزایش استجابات دعا می‌پردازد. این تحقیق از نوع توصیفی-تحلیلی است و با استفاده از منابع کتابخانه‌ای و متون معتبر اسلامی صورت گرفته است. هدف اصلی این پژوهش شناسایی مؤلفه‌های غفلت و تأثیر آن بر دعا و استجابات آن می‌باشد. نتایج نشان می‌دهد که غفلت از یاد خدا و عدم توجه به معانی دعا، مانع از استجابات دعاها می‌شود. همچنین، با استفاده از مناجات امام سجاد (ع)، راهکارهایی برای غفلت زدایی و افزایش تمرکز در دعا ارائه شده است. این راهکارها شامل ذکر مداوم خدا، تفکر در معانی دعا و توجه به آثار آن در زندگی فردی و اجتماعی است. این پژوهش بر اهمیت غفلت زدایی به عنوان یک پیش‌نیاز برای بهبود کیفیت دعا تأکید دارد و نشان می‌دهد که توجه به خداوند می‌تواند منجر به افزایش استجابات دعا شود.

کلیدواژه‌ها : استجابات، دعا، غفلت، مناجات راغبین

^۱ سطح دو، مدرسه علمیه تخصصی فاطمیه کرمان aaiat919@gmail.com

مقدمه

دعا یکی از ارکان اساسی در زندگی معنوی انسان‌هاست و در بسیاری از فرهنگ‌ها و ادیان به‌عنوان راهی برای ارتباط با خداوند و درخواست نیازها و حاجات استفاده می‌شود. با این حال، بسیاری از افراد با مسئله عدم استجابت دعا مواجه هستند. یکی از عواملی که می‌تواند در این زمینه تأثیرگذار باشد، غفلت و عدم حضور قلب در هنگام دعا است.

در این مقاله، به بررسی تأثیر غفلت زدایی بر استجابت دعا پرداخته می‌شود که این مسئله با استفاده از مفاهیم و آموزه‌های مناجات راغبین تحلیل و هدف از این بررسی، تبیین این نکته است که چگونه توجه و آگاهی از وضعیت روحی و معنوی فرد می‌تواند موجب افزایش تأثیر دعا و تحقق بیشتر خواسته‌ها و درخواست‌های فردی شود.

مناجات راغبین به‌عنوان یکی از متون مهم عرفانی، به بررسی این موضوع پرداخته و راهکارهایی برای غفلت زدایی و حضور قلب در دعا ارائه می‌دهد. غفلت زدایی به معنای بیدار کردن و آگاه کردن فرد از حالتی است که در آن نسبت به مسائل مهم و حیاتی زندگی خود بی‌توجه و بی‌تفاوت شده است.

درمجموع، هدف از این تحقیق، ارتقاء درک و بهبود کیفیت دعا از طریق تحلیل تأثیر غفلت زدایی بر استجابت دعا با بهره‌گیری از آموزه‌های این مناجات است که به فرد و جامعه در راستای رشد معنوی و بهبود تجربه دعا کمک می‌کند.

روش تحقیق این مقاله روش کتابخانه‌ای است که از کتاب‌های چاپی و الکترونیکی و سایت‌های معتبر استفاده شده است.

با توجه به بررسی‌های انجام‌شده تحقیق‌ها و مقالات و حتی کتاب‌هایی با مصادیق دعا، عوامل استجابت دعا، موانع استجابت دعا و ... و حتی شرح مناجات راغبین موجود می‌باشد اما با این موضوع خاص که تأثیر غفلت زدایی در استجابت دعا بر اساس مناجات راغبین، هیچ تحقیق یا مقاله‌ای موجود نمی‌باشد و فردی یا گروهی روی این موضوع کار نکرده است.

۱- دعا

دعا و نیایش در تعلیمات اسلام جایگاه ویژه‌ای دارد، تا آنجا که قسمت عمده عبادات اسلامی را دعا و نیایش تشکیل می‌دهد، به گونه‌ای که روح عبادت، دعا شمرده شده است؛^۱

مفهوم صحیح دعا این است که ما منتهای تلاش و کوشش خود را انجام دهیم و آنچه را از توان ما بیرون است به لطف خدا بسپاریم و با دعا حدّ مشکل را از او بخواهیم و به مضمون «أَمَّنْ يُجِيبُ الْمُضْطَرَّ إِذَا دَعَاهُ وَ يَكْشِفُ السُّوءَ»؛ (ای کسی که دعای مضطرّ را اجابت می‌کند و گرفتاری را برطرف می‌سازد) به هنگام اضطرار و عقیق ماندن تلاش‌ها و کوشش‌ها به در خانه خدا برویم و دست به دعا برداریم؛ به همین دلیل در روایات اسلامی تصریح شده است: آن‌هایی که بر اثر تنبلی و کوتاهی و ندانم کاری گرفتار محرومیت می‌شوند، دعایشان مستجاب نخواهد شد.

دعا سبب افزایش قابلیت و شایستگی انسان می‌شود؛ زیرا به در خانه خدا می‌رود، دل و جان خود را به نور معرفت او صفا می‌بخشد و از گناه خود توبه می‌کند. با این امور قابلیت بیشتری برای لطف پروردگار می‌یابد و مشمول عنایت تازه‌ای می‌شود؛ زیرا خداوند مقدر کرده آن‌ها که شایسته‌ترند بهره بیشتری از لطف و عنایت او داشته باشند. از این کلام پاسخ این سخن که گفته می‌شود: «دعا مقدّرات الهی را تغییر می‌دهد» روشن می‌شود. به تعبیر دیگر، خداوند نعمت‌ها و برکاتی دارد که شامل حال بندگانش می‌شود، اما مشروط به شرایطی است. یکی از شرایط آن است که به در خانه او بروند و دست به دعا بردارند، روح خود را پاک کنند و به او نزدیک شوند، بنابراین در پرتو دعا، شرایط رحمت الهی حاصل می‌شود و باران لطف او بر انسان می‌بارد.

۲- ۱ درجات دعا^۲

دعا سه درجه دارد: ۱. دعا به زبان استعداد؛ این گونه دعا قطعاً اثر می‌کند، چون اگر موجودی استعداد دریافت کمال و فیض را داشت و نقص در قبول قابل نبود در فاعل، یعنی خداوند سبحان، بخل و امساک نیست و او هر موجودی را که به استعدادی مجهز شود، به مقصد می‌رساند: ﴿قَالَ

۱ <https://makarem.ir/maaref/I/0416087>

۲ مجله الکترونیکی اسراء ۱۳۸۸ شماره ۵

رَبُّنَا الَّذِي أَعْطَى كُلَّ شَيْءٍ خَلْقَهُ ثُمَّ هَدَى ﴿١﴾. دعا به زبان حال که نازل تر از لسان استعداد است. نزد بعضی حال، همان استعداد است، گاهی انسان حال و استعداد مقطعی و گذرا پیدا می‌کند و قلبش با خلوص متوجه خدا می‌شود که در این حال دعایش مستجاب است. ۳. دعا به زبان مقال؛ این گونه دعا کردن در تأثیر مانند دو قسم سابق نیست، هرچند صیغه عبادی آن محفوظ است: «الدعاء مخ العبادۃ»^۲.

۳-۱ شرایط استجاب دعا

شرایط استجاب دعا و ویژگی‌های آن در آیات ۸۳ تا ۹۰ سوره انبیاء

۱. در مقام دعا خدا را باصفتی بخوانیم که با نیاز ما تناسب دارد. ۲. در تحلیل رفتاری‌ها، خدا را منزله بدانیم و سرچشمه آن را در عملکرد خود جستجو کنیم. ۳. اقرار به گناه در پیشگاه خداوند، خود یک کمال و از آداب دعاست. ۴. دعایی که در آن اقرار به توحید، تنزیه پروردگار و اعتراف به خطا و اشتباه و گناه باشد، مستجاب است. ۵. ذکر کلمه «رب» و تکرار آن در دعا درخواست‌ها را به اجابت مقرون می‌سازد. ۶. در هنگام دعا باید خدا را باحالت خوف و رجا خواند. ۷. سرعت در کار خیر و دعا همراه بابیم و امید در استجاب دعا، مؤثر است.^۳

۴-۱ موانع اجابت دعا

۱. توجه به غیر خدا: هر کس حقیقتاً دعا کند و تنها خدا را بخواند دعایش مستجاب می‌شود. ۲. به مصلحت داعی نبودن: گاه خواسته بنده از خدا به سود و مصلحت او نیست و اگر دعاکننده از زیان آن آگاه شود، هرگز آن را نمی‌طلبد، از این رو خداوند حکیم، مهربان و خواهان خیر و صلاح بنده، آن دعا را مستجاب نمی‌کند. ۳. خدانشناسی: نداشتن معرفت کافی به خداوند از علل عدم استجاب دعاست، چنان که امام صادق (علیه السلام) در جواب از سؤال علت عدم استجاب برخی از دعاها فرمود: «لأنکم تدعون من لا تعرفونه»^۴. دعا بدون تلاش: نظام

۱ سوره طه، آیه ۵۰

۲ وسائل الشیعه، ج ۷، ص ۲۷

۳ تفسیر نور، جلد ۵، ص ۴۸۲ الی ۴۹۰

۴ بحار الانوار، ج ۹۳، ص ۳۶۸.

هستی، نظام کوشش است و برای رسیدن به مطلوب باید وسایلی را به کار گرفت، پس دعای بدون تلاش نافذ نیست و دعای بیکار مستجاب نمی‌شود.

۲- غفلت

غفلت به معنای عدم توجه، رها کردن^۱ و پنهان شدن چیزی از ذهن انسان و به یاد نیاوردن آن است و در اصطلاح اخلاقی به معنای سستی و ضعف نفس از توجه به هدف خود و سهوی است که از کمی تحفظ و بیداری حاصل می‌شود. غفلت در اصطلاح عرفانی به معنای اعراض از حق تعالی است و در اصطلاح فقهی عدم توجه به هر امری؛ اعم از سهو و نسیان است. بعضی نیز غفلت را همان سهو دانسته‌اند؛ البته غفلت در مواردی پسندیده شمرده شده است، مانند غفلت از کثرات. در مقابل غفلت، ذکر است که به معنای یاد کردن خداوند است.

۱-۲ عوامل غفلت

۱. حبّ دنیا ۲. سطحی‌نگری ۳. فریبندگی دنیا ۴. استکبار ۵. مرض قلب ۶. دل‌باختگی به ثروت و نعمت^۲

قرآن کریم عوامل متعددی برای غفلت بر شمرده است، مانند مال، ثروت و فرزند و بیع و تجارت. در برخی از روایات نیز آرزوهای دراز و نگاه بی‌مورد که بذر هوا و هوس را می‌کارد، سبب غفلت معرفی شده است. علمای اخلاق موضوعاتی چون مشغول شدن به لذت‌های دنیایی و فرورفتن در آن و صرف عمر در رسیدگی به اهل و مال را از عوامل غفلت دانسته‌اند. برخی از عارفان غفلت را برای انسان امری ذاتی و جبلی می‌دانند.

۲-۲ نشانه‌های غفلت

ممکن است این مسئله برای بسیاری از مردم، مورد شک و تردید واقع شود که آیا واقعاً در صف غافلانند یا نه؟ پس لازم است تا پویندگان راه خدا و سالکان سبیل الی الله، در هر مرحله خود را

۱ ابن منظور، لسان العرب، ۴۹۷/۱۱.

۴. وَارِدًا شَرِيعَةً رَفْدِكَ: اشاره به ورود به مسیر رحمت و برکت الهی دارد. این ورود به شریعت و قوانین الهی، انسان را از غفلت و سرگردانی نجات می‌دهد و او را به سمت هدایت و نور می‌برد.

۵. مُلْتَمِسًا سَنِيَّ الْخَيْرَاتِ مِنْ عِنْدِكَ: این عبارت به معنای طلب خیرات و نیکی‌ها از خداوند است. انسان با این درخواست، به یاد می‌آورد که باید از خداوند خیروبرکت بخواهد و این خود می‌تواند عاملی برای غفلت زدایی باشد.

" وَافِدًا إِلَى حَضْرَةِ جَمَالِكَ، مُرِيدًا وَجْهَكَ، طَارِقًا بِابِكَ، مُسْتَكِينًا لِعَظَمَتِكَ وَجَلَالِكَ " (به‌جانب حضرت جمالت روانم، ذات را اراده دارم، کوبنده در رحمت هستم، درمانده‌ام در برابر شکوه و جلالت) این فراز به موضوع توجه و نزدیکی به خداوند و درک عظمت و جلال او اشاره دارد:

۱. وَافِدًا إِلَى حَضْرَةِ جَمَالِكَ: یعنی به حضور و محضر زیبایی و جمال تو آمده‌ام. این بیان نشان می‌دهد که انسان باید با آرزوی دیدار خداوند و توجه به جمال و زیبایی او به سوی او حرکت کند. این نزدیکی به خدا، خود می‌تواند عاملی برای غفلت‌زدایی باشد، زیرا انسان را از مشغله‌های دنیوی و غفلت‌های روزمره دور می‌کند و او را به یاد جمال و زیبایی‌های الهی می‌اندازد

۲. مُرِيدًا وَجْهَكَ: یعنی خواهان و طالب ذات و وجود تو هستم. امام سجاد (ع) با این جمله اعلام می‌کند که هدف اصلی او رسیدن به ذات پاک خداوند است. این توجه به وجه خداوند و تلاش برای جلب رضایت او، انسان را از غفلت و بی‌توجهی به اعمالش دور می‌کند و به او یادآوری می‌کند که هدف اصلی زندگی‌اش باید توجه به خدا باشد.

۳. طَارِقًا بِابِكَ: یعنی در را بر تو می‌کوبم و درخواست می‌کنم. در اینجا، خواسته اصلی انسان جلب رضایت خداوند است. این توجه به وجه خداوند و تلاش برای جلب رضایت او، انسان را از غفلت و بی‌توجهی به اعمالش دور می‌کند.

۴. مُسْتَكِينًا لِعَظَمَتِكَ وَجَلَالِكَ: یعنی در برابر عظمت و جلال تو فروتن و خاضع هستم. درک عظمت خداوند و شناخت جلال او، انسان را به یاد می‌آورد که در برابر پروردگارش چه جایگاهی دارد و این خود می‌تواند عاملی برای غفلت زدایی باشد.

"فَافْعَلْ بِي مَا أَنْتَ أَهْلُهُ مِنَ الْمَغْفِرَةِ وَالرَّحْمَةِ" (من از آمرزش و رحمت آن‌گونه کن که شایسته‌آنی) به وضوح بر درخواست آمرزش و رحمت الهی تأکید دارد. این عبارت به نوعی نشان‌دهنده تواضع و فروتنی انسان در برابر خداوند و شناخت عمیق او از نیازهای روحی و معنوی‌اش است.

۱. فَافْعَلْ بِي مَا أَنْتَ أَهْلُهُ : این جمله بیانگر درخواست مؤمن از خداوند است که بر اساس شایستگی و مقام الهی‌اش، با او رفتار کند. این درخواست نشان‌دهنده آگاهی انسان از مقام و عظمت خداوند و درعین‌حال، احساس ناچیزی او در برابر رحمت و کرم الهی است.

۲. مِنَ الْمَغْفِرَةِ وَالرَّحْمَةِ: در اینجا، انسان از خداوند می‌خواهد که او را مورد آمرزش و رحمت قرار دهد. این درخواست به‌ویژه در زمینه غفلت زدایی اهمیت دارد، زیرا انسان باید همواره به یاد داشته باشد که نیازمند رحمت و آمرزش الهی است.

"وَلَا تَفْعَلْ بِي مَا أَنَا أَهْلُهُ مِنَ الْعَذَابِ وَالنِّقْمَةِ ، بِرَحْمَتِكَ يَا أَرْحَمَ الرَّاحِمِينَ" (و نه آن‌گونه که سزاوار عذاب و انتقامم، به مهربانی‌ات ای مهربان‌ترین مهربانان.) درخواست انسان از خداوند برای دوری از عذاب و کیفر الهی اشاره دارد. این فراز به‌خوبی نشان‌دهنده شناخت انسان از گناهان و خطاهای خود و همچنین اعتماد و توکل او به رحمت بی‌پایان خداوند است.

۱. وَلَا تَفْعَلْ بِي مَا أَنَا أَهْلُهُ مِنَ الْعَذَابِ وَالنِّقْمَةِ : انسان از خداوند می‌خواهد که بر اساس شایستگی‌ها و سزاوارهای او عمل نکند. یعنی او می‌داند که بر اساس گناهان و خطاهایش، سزاوار عذاب و کیفر الهی است، اما از خداوند می‌خواهد که او را مورد رحمت خود قرار دهد.

۲. بِرَحْمَتِكَ يَا أَرْحَمَ الرَّاحِمِينَ : در اینجا، انسان به رحمت بی‌پایان خداوند متوسل می‌شود و از او می‌خواهد که به او رحم کند. این درخواست نشان‌دهنده اعتماد و توکل انسان به خداوند و باور او به اینکه خداوند مهربان‌ترین مهربانان است.

نتیجه گیری

در این مقاله، تأثیر غفلت زدایی در استجابات دعا بر اساس مناجات راغبین امام سجاد (ع) مورد بررسی قرار گرفت. نتایج نشان داد که غفلت از یاد خدا و عدم توجه به معانی عمیق دعا، به طور مستقیم بر کیفیت و استجابات دعاها تأثیر می گذارد. تأثیر غفلت زدایی در مناجات راغبین را می توان به چند بخش تقسیم کرد: ۱. تقویت ارتباط با خدا: انسان را به یاد خداوند می اندازد و او را از غفلت نسبت به خداوند بیرون می آورد. ۲. تزکیه نفس: غفلت زدایی از طریق این مناجات به تزکیه نفس و پاک سازی روح کمک می کند. ۳. ایجاد آرامش و اطمینان قلبی: غفلت زدایی از طریق مناجات راغبین، به انسان آرامش و اطمینان قلبی می بخشد. ۴. افزایش تقوا و خشوع: با تأکید بر بزرگی و عظمت خداوند و ناتوانی انسان، روح تقوا و خشوع را در دل انسان زنده می شود. ۵. تحکیم ایمان و یقین: این مناجات بایان زیبایی های ایمان و نتایج آن، انسان را به سوی ایمان عمیق تر و یقین بیشتر هدایت می کند. غفلت زدایی نه تنها به تقویت ارتباط فرد با خداوند کمک می کند، بلکه باعث افزایش تمرکز و عمق دعا نیز می شود. روش های پیشنهادی برای غفلت زدایی، مانند ذکر مداوم خداوند، تفکر در معانی دعا و تلاش برای ایجاد یک ارتباط عاطفی و معنوی با خدا، می تواند به عنوان ابزارهایی مؤثر در راستای افزایش استجابات دعاها عمل کند. در نهایت، این پژوهش بر اهمیت توجه به جنبه های روحانی و معنوی زندگی تأکید دارد و نشان می دهد که با غفلت زدایی و ایجاد یک فضای معنوی مناسب، می توان به استجابات دعاها نزدیک تر شد و زندگی ای پربارتر و معنادارتر را تجربه کرد.

منابع

۱. قرآن کریم
۲. مصباح یزدی، محمدتقی، سجاده‌های سلوک، قم: موسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی (ره)، ۱۳۹۱ ه.ش.
۳. قرائتی، محسن، تفسیر نور، تهران: مرکز فرهنگی درس‌هایی از قرآن، ۱۳۸۷ ه.ش.
۴. نراقی، احمد، معراج السعاده، قم: دارالکرمه، ۱۳۸۹ ه.ش.
۵. ابن بابویه، محمد بن علی، خصال، محمدباقر کمره ای، تهران: کتابچی، ۱۳۷۷ چاپ اول، ه.ش.
۶. خوانساری، جمال، شرح محقق بارع جمال‌الدین محمد خوانساری بر غررالحکم و درر الکلم، تهران: دانشگاه تهران، چاپ چهارم، ۱۳۶۶ ه.ش.
۷. مجلسی، محمدباقر، بحارالانوار، قم: انتشارات دارالکتب الاسلامیه، ۱۳۸۱ ه.ش.
۸. کلینی، محمد بن یعقوب بن اسحاق، الکافی، تهران: دارالکتب الاسلامیه، چاپ چهارم، ۱۴۰۷ ق.
۹. ابن منظور، محمد بن مکرم، لسان العرب، بیروت: دارصادر، چاپ سوم، ۱۴۱۴ ه.ق.
۱۰. الحر العاملی، محمد بن الحسن، وسائل الشیعه، قم: مؤسسه آل البيت علیهم السلام لإحياء التراث، ۱۴۱۲ ه.ق.

۱۱. مجله الکترونیکی اسراء، ۱۳۸۸، شماره ۵.

۱۲. <https://fa.wikifeqh.ir>

۱۳. <https://makarem.ir/maaref>