



پیام های شب قدر

اشتراک در شبکه های اجتماعی:

آدرس صفحه: <https://mav>



[1]

ابراهیم اخوی/اگر یادتان بود و باران گرفت، دعایی به حال بیابان کنید

منبع: مجله سلامت

شب قدر، تفاوتی ویژه با دیگر شبها دارد. در آموزه های دینی به چنین شبی امتیاز ویژه ای داده شده است و حتی زمان دقیق آن اعلام نشده تا انسان ها آن را همانند طلای ناب جستجو کنند و در مسیر یافتن آن، خود نیز خدایی شوند. چنین شبی، ویژگی های روان شناختی زیبایی دارد که به برخی از آنها در این یادداشت اشاره می کنم...

مدیریت زمان

زمان بسیار مهم است. ما در پرتوی استفاده مفید از زمان و بهره وری از زمان های خاص می توانیم به رشد مورد نظر خود نزدیک شویم. گاهی یک لحظه می تواند در سرنوشت یک عمر انسان نقش داشته باشد. گاهی شخصی با چند ثانیه افتخاری بزرگ برای خود رقم می زند که قهرمانان المپیک از آن شمارند. دانشمندان نیز از لحظه ها، ماندگاری ها را آفریدند. یک شب گاهی واقعا هزار شب می شود و ابدیت روشنی را می آفریند. با توجه به این مهم، ضرورت مدیریت هرچه بهتر این زمان ویژه برای استفاده کامل از آن ضروری است. مادری چون حضرت فاطمه (س) با خواباندن کودکان در عصر پیش از شب های قدر و شام سبک، آنها را در بیداری شب قدر یاری می رساندند.

همه با هم

پیگیری فردی با پیگیری گروهی تفاوت معناداری دارد. برخی از برنامه ها را با پیگیری جمعی بهتر می توان به فرجام رساند. تصور کنید برای دریافت امکانات جدید برای محله ای که در آن ساکن هستید به صورت فردی اقدام کرده اید، چقدر احتمال نتیجه می دهید؟ حال اگر گروهی دور هم گرد آید و خواسته خود را که منفعت عمومی دارد، پیگیری کنید احتمال سودمندی اش بیشتر خواهد بود. در احتیاج ما به خداوند هیچ شکي نیست. گاهی تنها از خدا می خواهیم و زمانی هم نیازمند درخواست های گروهی

هستیم. در این گروه، درجه تقرب آدم‌ها به خداوند گوناگون است. ممکن است به خواسته یکی از خوابانی که در جمع ما نشسته‌اند، دعای همه ما پذیرش بگیرد. ضمن اینکه، بهانه‌ای است تا از بن‌بست تنهایی و خودمحوری خارج شویم. در شب قدر، فرصت همنوایی و توجه به یکدیگر را می‌یابیم، در مسیری مشترک قدم می‌زنیم و تلاش می‌کنیم رفتارهای پسندیده‌تری نسبت به یکدیگر داشته باشیم.

اعتماد به نفس معنوی

روان‌شناسان یکی از شاخه‌های اعتماد به نفس را نوع معنوی آن دانسته‌اند. یعنی قبول کنیم که برخی از توانمندی‌ها از حیطة اراده و اختیار ما خارج است و تنها به دست خداوند اجرا می‌شود. در علم اخلاق از آن به نام «تفویض» یاد می‌کنند؛ یعنی واگذاری مسایل مهم به خداوند. پدیدآیی چنین نگاهی در زندگی، می‌تواند بسیاری از نگرانی‌ها و اضطراب‌ها را شستشو دهد. زمانی که خود را به آفریدگار و قدرت بی‌اندازه‌اش می‌سپاریم، آسوده‌خاطر قدم می‌زنیم و به آنچه او را خرسند کند، می‌اندیشیم.

مهارت برنامه‌ریزی

شب قدر، شب برنامه‌ریزی مادی و معنوی است. براساس آموزه‌های دینی در این شب هر آنچه در یک سال آینده ما قرار است رخ دهد، تدبیر می‌شود. پیامش این است که ما هم به چنین برنامه‌ریزی‌هایی نیازمندیم. قدرت نگاه ما از لحظه‌ها و ساعت‌ها و روزها به سوی سال و در گامی فراتر برای عمری که در اختیار داریم و در دیدگاهی کامل‌تر به سوی مسیری که در پیش داریم و زندگی واقعی ما در آن رقم خواهد خورد، تغییر شکل و توسعه دید پیدا می‌کند. شب قدر، تمرینی است برای طراحی چشم‌انداز زندگی ماندگار.

لذت راز و نیاز

شب‌های قدر، شب‌های گفتن ما و شنیدن خداست. خداوند سمیع است. نزدیک (قریب) هم هست. پاسخگو (مجیب) نیز است. ما در برنامه‌های این شب، سخن گفتن با خدا را در شکل نماز، دعا و ذکر داریم. گیرنده‌های پر قدرتی به نام «فطرت» به ما می‌گویند که همه حرف‌ها شنیده و تمام درخواست‌ها ثبت می‌شوند. عذرخواهی‌ها، تصمیم‌های جدید، نیازمندی‌ها و دیگر گفت‌وگوهای ما با خداوند جدی است و واقعی. از واسطه‌های معتبری که خداوند معرفی کرده، مانند قرآن، پیامبر و خانواده‌اش نیز بهره می‌گیریم. ما تنها نیستیم. خدا هست و بنده‌نوازی او هم برقرار.

تنوع‌خواهی معنوی

همانگونه که در مسایل روزمره زندگی به دنبال تنوع‌بخشی هستیم در برنامه‌های معنوی هم چنین لذتی وجود دارد. عده‌ای در شب‌های قدر با نمازهای مستحبی خود را به خدا نزدیک می‌کنند، برخی هزار نام زیبای خداوند را در دعای جوشن می‌خوانند، برخی به مطالعه‌های توحیدی و معارفی مشغول می‌شوند، عده‌ای سخن خدا را در قرآن جستجو می‌کنند، برخی از حضور در خانه خدا احساس خوبی می‌یابند، گروهی از قرآن به سرگرفتن و التماس به خدا لذت می‌برند، دسته‌ای دیگر از سر به مهر گذاشتن و اشک ریختن حال خوبی نصیبشان می‌شود و عذرخواهی از آنچه که نباید اتفاق می‌افتاده، روانشان را غرق در آرامش می‌کند.

شروع دوباره

مهم‌ترین پیام شب قدر این است که هیچ وقت برای آغاز دیر نیست. هر گاه تصمیم جدی برای تحول در خودمان دیدیم، آغازی پرافتخار برای زندگی معنوی و تضمین موفقیت‌هاست. یک انفجار بزرگ گاهی تنها منتظر یک جرقه کوچک کبریت است. برای شعله‌ور کردن جان و دل خود، گاهی یک حضور در برنامه‌های شب قدر می‌تواند کافی باشد. همسفر شدن با مسافران خوب،

توفیقي است که نصیب ما شده و مثل خود شب قدر، باید قدر دانست! در مسیر خدایي شدن، بنیستی وجود ندارد و راه بسیار نزدیک است. پیام امام سجاد(ع) را در خاطر داشته باشیم: «خدایا! کسی که به سوي تو حرکت می‌کند، راهش نزدیک است».

(دعای ابو حمزه ثمالی)

به یاد هم باشیم

عبور از خودخواهی، رمز رسیدن به خداست. اندیشیدن به دیگران هم میان‌بری مطمئن است. زمانی ملت حضرت موسی(ع) به دلیل گناه و نافرمانی، محکوم به عذاب شدند. پیام رسید که همین روزها عذاب خدا فرا می‌رسد. آنها از خانه‌های خود تونلی به منزل کناری باز کردند تا به هنگام بروز عذاب، به داد هم برسند. هر قدر منتظر شدند، عذابی فرود نیامد. دلیلش را از پیامبر خود پرسیدند و پاسخ خدا را از او شنیدند: «زمانی که شما به فکر هم باشید، چگونه من (خدا) به فکر شما نباشم؟ به دلیل نوع دوستی‌تان، عذاب از شما برداشته شد. اکنون ایمان بیاورید و امنیت خود را تضمین کنید.» شب‌های قدر، فرصت دیگرخواهی است. به یاد هم باشیم.

برچسب‌ها:

شب قدر، اخوی، پیام [2]

نشانی منبع: <https://mava.iki.ac.ir/node/748>

پیوندها

<https://mava.iki.ac.ir/files/images/articles/173724068137832015118517258237232192336.jpg> [2] [1]

<https://mava.iki.ac.ir/tag/%D8%B4%D8%A8-%D9%82%D8%AF%D8%B1%D8%8C-%D8%A7%D8%AE%D9%88%D8%8C%D8%8C-%D9%BE%D8%8C%D8%A7%D9%85>