

# زندگی با آینه‌ها

تبیین و حفظ  
صد آیه مأنوس و زندگی‌ساز



**زندگی با آیه‌ها**  
**تبیین و حفظ**  
**صد آیه مأثوس و زندگی‌ساز**

نویسندگان:

حمیدرضا محمودخانی، علی‌علی‌زاده

صفحه‌آرا: علی‌عبادی‌فرد

ناشر: انتشارات تلاوت

چاپ و صحافی: واژه‌پرداز اندیشه

نوبت و سال چاپ: اول / فروردین ۱۴۰۴

تیراژ: ۵۰,۰۰۰ جلد | قیمت: ۵۰,۰۰۰ تومان

شابک:

شماره مرکز پخش (فروشگاه بصائر)

۰۹۱۲۸۰۸۸۱۲۴ - ۰۲۱۶۶۹۵۶۰۹۵



مقدمه ..... ۱۳

### خدایت را بشناس / ۲۰

۱. چقدر او را می‌شناسی؟ ..... ۲۶

راه از چاه کاملاً مشخص است ..... ۲۸

یار تو کیست؟ ..... ۳۰

۲. هزار آفرین به خودم ..... ۳۲

۳. هیچ‌کس مثل تو نیست ..... ۳۴

۴. ولی تو که می‌توانی ..... ۳۶

۵. بهترین نگهبان ..... ۳۸

۶. این دنیا مجهز به دوربین مداربسته است ..... ۴۰

۷. گفتی بیا حرف بزیم ..... ۴۲



۸. پناه درماندگی‌ها ..... ۴۴
۹. نزدیکم به تو ..... ۴۶
۱۰. بار اولش که نیست ..... ۴۸
۱۱. همین که تو باشی بس است ..... ۵۰
۱۲. خودم را به تو می‌سپارم ..... ۵۲
۱۳. زیاد به یادم باش ..... ۵۴
۱۴. با کدام آرام‌بخش؟ ..... ۵۶
۱۵. کافی است صدایش کنی ..... ۵۸
۱۶. با تلخی‌های زندگی چطور تا کنیم؟ ..... ۶۰
۱۷. حکم آنچه تو فرمایی ..... ۶۲
۱۸. لیوان و دریا یکی نیست ..... ۶۴
۱۹. به آغوشم برگرد ..... ۶۶
۲۰. میوه‌های پایین‌دستی، میوه‌های سر شاخه ... ۶۸

### نامه او را بخوان / ۷۰

۲۱. ماه‌ترین کتاب ..... ۷۴
۲۲. نامه‌ای برای خودِ خودِ خودت ..... ۷۶
۲۳. دفترچه راهنمای بهترین زندگی ..... ۷۸



۲۴. شفای آدم‌های درست‌کار ..... ۸۰
۲۵. خودت را به رودخانه آیه‌ها بسیار ..... ۸۲
۲۶. روزت را با آیه‌ها شب کن ..... ۸۴
۲۷. مزه‌مزه کردن آیه‌ها ..... ۸۶

### فرستاده‌اش را بشناس / ۸۸

۲۸. شبیه کی زندگی کنم؟ ..... ۹۲
۲۹. بعضی وقت‌ها فقط بگو چشم ..... ۹۴
۳۰. مزد پیامبری چیست؟ ..... ۹۶
۳۱. موقع دیدن چه کسی چشم‌هایت برق می‌زند؟ ..... ۹۸
۳۲. آخرین گام رسالت ..... ۱۰۰
۳۳. روزی که همه چیز کامل شد ..... ۱۰۲
۳۴. همه‌کاره تو کیست؟ ..... ۱۰۴
۳۵. دور از ناپاکی‌ها ..... ۱۰۶

### با دشمنانش مبارزه کن / ۱۰۸

۳۶. همراهان محمد ﷺ چگونه‌اند؟ ..... ۱۱۶
۳۷. نبرد با رهبران کفر ..... ۱۱۸



۳۸. لازم نیست راضی‌شان کنی ..... ۱۲۰
۳۹. کم نیاورید ..... ۱۲۲
۴۰. خودت را قوی کن ..... ۱۲۴
۴۱. شبیه دریا باش ..... ۱۲۶
۴۲. کمک کن دلمان نلرزد ..... ۱۲۸
۴۳. تکیه‌گاه تو کیست؟ ..... ۱۳۰
۴۴. در ستایش سرسختی ..... ۱۳۲
۴۵. یک قدم از تو، هزار قدم از من ..... ۱۳۴
۴۶. قول‌های تو فرق دارند ..... ۱۳۶
۴۷. آخرش کی برنده می‌شود؟ ..... ۱۳۸
۴۸. شما پیروزید ..... ۱۴۰
۴۹. صبح نزدیک است ..... ۱۴۲
۵۰. معامله دوطرفه ..... ۱۴۴
۵۱. سرانجام راه را نشانت می‌دهد ..... ۱۴۶
۵۲. نقشه‌های خدا ..... ۱۴۸
۵۳. سرانجام گذر پوست به دباغ‌خانه می‌افتد ... ۱۵۰
۵۴. می‌خواهم بمانم ..... ۱۵۲





۵۵. دورنگ نباشیم ..... ۱۵۴
۵۶. بگذار خدا آبروداری کند ..... ۱۵۶
۵۷. سست‌تر از همه خانه‌ها ..... ۱۵۸
۵۸. بازنده‌های همیشگی ..... ۱۶۰
۵۹. وارثان آخر دنیا ..... ۱۶۲

### خودت را بساز / ۱۶۴

۶۰. یک سوزن به خودت، یک جوال دوز به بقیه ... ۱۷۰
۶۱. تو به من یاد بده ..... ۱۷۲
۶۲. بیا مسابقه بدهیم ..... ۱۷۴
۶۳. سخت بکوش تا آسان بگذرد ..... ۱۷۶
۶۴. همیشه به دلخواه تو نیست ..... ۱۷۸
۶۵. همه چیز به خودت بستگی دارد ..... ۱۸۰
۶۶. با بن بست‌های زندگی چه کنیم؟ ..... ۱۸۲
۶۷. یادت نرود یادم باشی ..... ۱۸۴
۶۸. خوشبخت کیست؟ ..... ۱۸۶
۶۹. قبل از اینکه به میدان پا بگذاری ... ۱۸۸
۷۰. راز نماز چیست؟ ..... ۱۹۰



۷۱. صاحب مرگ و زندگی ام تویی ..... ۱۹۲
۷۲. نعمت‌ها هم آزمایش‌اند ..... ۱۹۴
۷۳. کافی است قدرش را بدانی ..... ۱۹۶
۷۴. زیاده‌روی ممنوع ..... ۱۹۸
۷۵. با صداقت شروع کن، با صداقت تمام کن .... ۲۰۰

### جامعه‌ات را بساز / ۲۰۲

۷۶. همه برادریم ..... ۲۰۸
۷۷. حواست به شیشه دلشان باشد ..... ۲۱۰
۷۸. چطور برای مامان و بابا دعا کنم؟ ..... ۲۱۲
۷۹. وقت یکی شدن ..... ۲۱۴
۸۰. با هم فکر کنیم ..... ۲۱۶
۸۱. با هم برای خدا ..... ۲۱۸
۸۲. برنده‌ها ..... ۲۲۰
۸۳. یک قدم جلوتر برو ..... ۲۲۲
۸۴. آدم‌ها بنده زبان خوش‌اند ..... ۲۲۴
۸۵. وای بر غرغروها ..... ۲۲۶
۸۶. گوشت برادر مرده میل دارید؟! ..... ۲۲۸

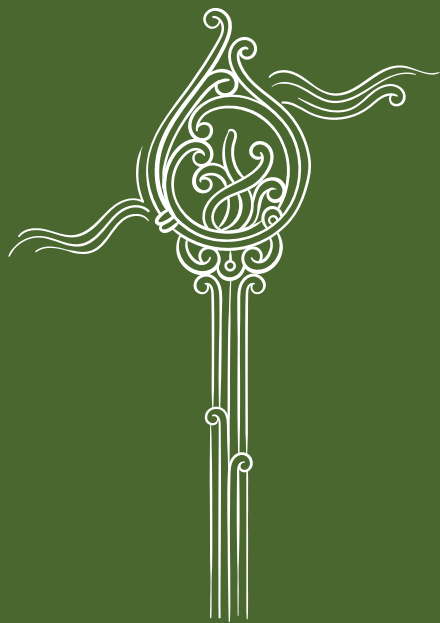


۸۷. آخرت مال چه کسانی است؟ ..... ۲۳۰
۸۸. جلو پای چه کسی بلند می‌شوی؟ ..... ۲۳۲
۸۹. هم‌سفره‌های نامرئی ..... ۲۳۴
۹۰. با دوست داشتنی‌هایت چه می‌کنی؟ ..... ۲۳۶
۹۱. با خدا معامله کن ..... ۲۳۸
۹۲. کم نگذار ..... ۲۴۰
۹۳. سود خدایی بهتر است ..... ۲۴۲
۹۴. مراقب لقمه‌ات باش ..... ۲۴۴
۹۵. چند قانون ساده برای پاک زیستن ..... ۲۴۶

### و بدان که آخرتی ابدی در پیش داری / ۲۴۸

۹۶. گول شهربازی را نخور ..... ۲۵۲
۹۷. تو هم طعمش را خواهی چشید ..... ۲۵۴
۹۸. جان به آرامش رسیده ..... ۲۵۶
۹۹. ذره‌ها سراغت را خواهند گرفت ..... ۲۵۸
۱۰۰. مرا آن‌طور بمیران که زنده بمانم ..... ۲۶۰







## مقدمه



با عنایات الهی و در راستای گسترش گفتمان قرآنی در جامعه، به‌ویژه با تأسی به فرمایش مقام معظم رهبری علیه السلام که تأکید دارند: «ما از قرآن دوریم؛ ما از قرآن بیگانه‌ایم؛ ما با مفاهیم قرآن ناآشنایم. باید کاری کنیم؛ آن قدر تلاش کنیم که مفاهیم قرآنی جزو مفاهیم رایج و گفتمان‌های عمومی ملت‌های مسلمان و کشورهای ما قرار بگیرد... باید کاری بکنیم که مفاهیم قرآنی در جامعه اسلامی تبدیل بشود به مسلمات فکری، به رایج‌ترین افکار مشترک و گفتمان‌های عمومی بین همه قشرهای

مردم.))<sup>۱</sup> «هزاران عنوان و مطلب و سرفصل در قرآن وجود دارد که این‌ها می‌تواند تبدیل بشود به معارف فکری عامه مردم. ... [آن وقت] سواد قرآنی مردم بالا می‌رود و آن جوری فکر می‌کنند که قرآن دستور داده))،<sup>۲</sup> نهضت ملی «زندگی با آیه‌ها» با هدف بلاغ مبین آیات منتخب قرآن کریم و با هم‌افزایی همه نهادهای مردمی و حاکمیتی آغاز شد. هدف این نهضت آن است که آیات منتخب ناظر به موضوعات کاربردی و مورد نیاز امروز نهضت اسلامی، برای عموم مردم، به ویژه نوجوانان و جوانان، متناسب با نیازها و سلیق آنان، به صورت گسترده و مؤثر تبیین شود تا بتوانند آن‌ها را

---

۱. بیانات امام خامنه‌ای در دیدار شرکت‌کنندگان در مسابقات

بین‌المللی قرآن، ۱۳۹۶/۲/۷.

۲. بیانات امام خامنه‌ای در محفل انس با قرآن کریم،

۱۴۰۳/۱۲/۱۲.



بخوانند، حفظ کنند، بفهمند و در زندگی خود به کار گیرند.

در راستای انتخاب آیات، هفتاد پژوهشگر از طلاب و فضیای جوان حوزه علمیه، در قالب یازده کارگروه پژوهشی و باراهنمایی ۲۵ استاد برجسته، فرایندی علمی و متقن را طی کردند. این فرایند شامل بررسی کمی و کیفی روایات معصومان علیهم‌السلام، آثار و فرمایش‌های امام خمینی رحمة الله علیه و مقام معظم رهبری علیه‌السلام، علامه طباطبایی، شهید مطهری، شهید بهشتی، آیت‌الله جوادی آملی، علامه مصباح یزدی و دیگر اندیشمندان، مباحثه کل قرآن کریم، فراخوان‌های عمومی و مطالعه دیگر منابع بود. نتیجه این تلاش گزینش گنجینه‌ای از ۴۵۰ فراز قرآنی شد.

این نهضت آیات منتخب را در بسته‌های مختلف ارائه می‌دهد. یکی از این بسته‌های مهم صد فراز مانوس و مشهور قرآن کریم





است که بسیاری از مردم با آن‌ها انس ذهنی دارند و می‌توان آن را سرمایه‌ای ارزشمند برای جامعه دانست. این صد فراز در فرایندی پژوهشی و با مشارکت حدود چهارهزار نفر از فعالان قرآنی کشور انتخاب شد. معیار گزینش این آیات میزان انس ذهنی جامعه با آن‌ها بوده است. پس، این مجموعه ادعای نمایندگی از تمام معارف قرآن و جامعیت موضوعی را ندارد؛ اما برای ایجاد پیوستگی و معنا بخشی بیشتر، این فرازها در یک سیر منسجم و معنادار در کنار یکدیگر قرار گرفته‌اند تا خواندن، فهمیدن، حفظ کردن و به‌کارگیری آن‌ها در زندگی آسان‌تر و مؤثرتر شود.

همه ما در جست‌وجوی زندگی‌ای خوب و ایدئال هستیم؛ جهانی که در آن آرامش، عدالت و سعادت حاکم باشد. از آنجا که این جهان را خدایی مهربان آفریده است، برای تحقق آن



زندگی خوب نخست باید او را بشناسیم و بدانیم که با چه قوانینی عالم را اداره می‌کند. خداوند برای هدایت بشر، پیامبران را همراه با کتاب‌های آسمانی فرستاده است تا بهترین سبک زندگی را برای انسان‌ها تبیین کنند؛ برنامه‌ای که اگر در جهان حاکم شود، همه در امنیت و عدالت خواهند زیست. اما در برابر این مسیر، همواره گروه‌هایی بوده‌اند که منافعشان در بی‌عدالتی و ظلم است. آنان با دست‌درازی به حقوق دیگران، به جمع ثروت و قدرت پرداخته‌اند و در مقابل مردم و پیامبران ایستاده‌اند. در اینجا، نبردی تاریخی میان جبهه حق و باطل شکل می‌گیرد.

در این میان، قرآن کریم راهنمای حقیقی زندگی است. این کتاب الهی به ما می‌آموزد که چگونه با خودسازی و جامعه‌سازی، هم‌پای رهبر الهی در برابر ظلم و ستم بایستیم و در

این دنیا جهانی سرشار از عدل و انسانیت  
بسازیم و آخرت خویش را نیز آباد کنیم.  
این اثر ما را با صد آیه از قرآن کریم همراه  
می‌کند؛ آیاتی که چراغ راه ما برای ساختن  
دنیاوی زیباتر و عادلانه‌تر خواهند بود.  
این صد فراز در هفت فصل با این عناوین  
گردآوری شده‌اند:

خدایت را بشناس؛

نامه او را بخوان؛

فرستاده‌اش را بشناس؛

با دشمنانش مبارزه کن؛

خودت را بساز؛

جامعه‌ات را بساز؛

و بدان که آخرتی ابدی در پیش داری.

امید است این مجموعه گامی مؤثر در

گسترش فرهنگ انس با قرآن کریم و تحقق

زندگی قرآنی در جامعه باشد.





# خدایت را بشناس



برای ساختن زندگی خوب گام نخست شناخت  
 خدایی است که این زندگی را خلق کرده و  
 بهترین راهنما برای شناخت او آیه‌های  
 کتابش است. این آیه‌ها شناسنامه‌ای از ذات  
 مقدس پروردگار را به ما نشان می‌دهند  
 و ما را به درک عظمت، قدرت و مهربانی او  
 رهنمون می‌سازند. یگانه خدایی که لحظه‌ای  
 از بندگانش غافل نمی‌شود و همه کاره عالم  
 است: ﴿اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْحَيُّ الْقَيُّومُ لَا تَأْخُذُهُ  
 سِنَةٌ وَلَا نَوْمٌ لَهُ مَا فِي السَّمَوَاتِ وَمَا فِي الْأَرْضِ ۗ



مَن ذَا الَّذِي يَشْفَعُ عِنْدَهُ إِلَّا بِإِذْنِهِ؛ و از همه  
 چیز با خبر است: ﴿يَعْلَمُ مَا بَيْنَ أَيْدِيهِمْ وَمَا  
 خَلْفَهُمْ وَلَا يُحِيطُونَ بِشَيْءٍ مِّنْ عِلْمِهِ إِلَّا بِمَا  
 شَاءَ﴾ و سلطنتش تمامی آسمان ها و زمین  
 را فراگرفته: ﴿وَسِعَ كُرْسِيُّهُ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضَ  
 وَلَا يَئُودُهُ حِفْظُهُمَا وَهُوَ الْعَلِيُّ الْعَظِيمُ﴾ (بقره:  
 ۲۵۵). راه را از چاه کاملاً مشخص کرده است:  
 ﴿لَا إِكْرَاهَ فِي الدِّينِ قَدْ تَبَيَّنَ الرُّشْدُ مِنَ الْغَيِّ﴾  
 (بقره: ۲۵۶). او ولی مؤمنان است و آنان را از  
 تاریکی ها به سوی نور هدایت می کند: ﴿اللَّهُ  
 وَلِيُّ الَّذِينَ ءَامَنُوا يُخْرِجُهُم مِّنَ الظُّلُمَاتِ إِلَى النُّورِ  
 وَالَّذِينَ كَفَرُوا أَوْلِيَآؤُهُمُ الطَّاغُوتُ يُخْرِجُونَهُم مِّنَ  
 النُّورِ إِلَى الظُّلُمَاتِ أُولَئِكَ أَصْحَابُ النَّارِ هُمْ فِيهَا  
 خَالِدُونَ﴾ (بقره: ۲۵۷). کارش ترو تمیز است  
 و بهترین خالق است: ﴿فَتَبَارَكَ اللَّهُ أَحْسَنُ  
 الْخَالِقِينَ﴾ (مؤمنون: ۱۴)؛ یگانه ای بی همتا

که هیچ شبیه و نظیری ندارد و از همه چیز آگاه است: ﴿لَيْسَ كَمِثْلِهِ شَيْءٌ وَهُوَ السَّمِيعُ الْبَصِيرُ﴾ (شوری: ۱۱). قدرت او بی پایان: ﴿أَلَمْ تَعْلَمْ أَنَّ اللَّهَ عَلَىٰ كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ﴾ (بقره: ۱۰۶). بهترین حافظ و مهربان‌ترین است: ﴿فَاللَّهُ خَيْرٌ حَفِظًا وَهُوَ أَرْحَمُ الرَّحِيمِينَ﴾ (یوسف: ۶۴) و همیشه حاضر و ناظر: ﴿أَلَمْ يَعْلَم بِأَنَّ اللَّهَ يَرَىٰ﴾ (علق: ۱۴). ﴿وَقَالَ رَبُّكُمْ ادْعُونِي أَسْتَجِبْ لَكُمْ﴾ (غافر: ۶۰). او هوای همه‌مان را دارد و چاره بیچاره‌هاست: ﴿أَمَّنْ يُجِيبُ الْمُضْطَرَّ إِذَا دَعَاهُ وَيَكْشِفُ السُّوءَ وَيَجْعَلُكُمْ خُلَفَاءَ الْأَرْضِ﴾ (نمل: ۶۲)؛ چون به بندگانش بسیار نزدیک است و صدای آنان را می‌شنود و حتماً پاسخ می‌دهد: ﴿وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي قَرِيبٌ أُجِيبُ دَعْوَةَ الدَّاعِ إِذَا دَعَانِ﴾ (بقره: ۱۸۶). پس، در هر شرایطی باید به او تکیه کرد: ﴿وَمَنْ

يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ وَإِنَّ اللَّهَ لَبَلِيغٌ أَمْرِهِ»  
 (طلاق: ۳)؛ «حَسْبِيَ اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ عَلَيْهِ  
 تَوَكَّلْتُ» (توبه: ۱۲۹). او بینا و آگاه است و باید  
 کار را به خود او سپرد: «وَأُفَوِّضُ أَمْرِي إِلَى اللَّهِ  
 إِنَّ اللَّهَ بَصِيرٌ بِالْعِبَادِ» (غافر: ۴۴).

چنین خدایی را باید همیشه و همه جا  
 یاد کرد، «أَذْكُرُوا اللَّهَ ذِكْرًا كَثِيرًا» (احزاب:  
 ۴). که یاد این خدای مهربان و قوی مایه  
 آرامش دل‌هاست: «أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ  
 الْقُلُوبُ» (رعد: ۲۸). در سختی‌ها و مشکلات،  
 ذکر یونسیه ما را نجات می‌دهد: «لَا إِلَهَ إِلَّا  
 أَنْتَ سُبْحَانَكَ إِنِّي كُنْتُ مِنَ الظَّالِمِينَ» (انبیاء:  
 ۸۷) و در مواجهه با مصیبت‌ها، «إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا  
 إِلَيْهِ رَاجِعُونَ» (بقره: ۱۵۶) آرامش‌بخش‌ترین  
 جمله است و هنگام مواجهه با نعمت و



خوشی، ذکر «مَا شَاءَ اللَّهُ لَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ»  
(کهف: ۳۹) راه‌گشا است.

این خدای مهربان هیچ‌کس را بیش از  
توانش تکلیف نمی‌کند: «لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا  
إِلَّا وُسْعَهَا» (بقره: ۲۸۶) و حتی به آنان که همین  
تکلیف ناچیز را هم به درستی ادا نمی‌کنند و به  
خودشان ظلم می‌کنند می‌گوید هیچ وقت از  
رحمت من ناامید نشوید: «يَعْبَادِيَ الَّذِينَ  
أَسْرَفُوا عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا مِن رَّحْمَةِ اللَّهِ إِنَّ  
اللَّهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعًا». او غفور و رحیم است  
و همیشه درهای رحمتش به روی بندگان  
گشوده است.

از این خدا، باید هم خوبی دنیا را طلب کنیم  
هم خوبی آخرت را: «رَبَّنَا آتِنَا فِي الدُّنْيَا حَسَنَةً  
وَفِي الْآخِرَةِ حَسَنَةً وَقِنَا عَذَابَ النَّارِ» (بقره: ۲۰۱).



## چقدر او را می‌شناسی؟

﴿اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْحَيُّ الْقَيُّومُ لَا تَأْخُذُهُ سِنَّةٌ وَلَا نَوْمٌ لَهُ مَا فِي السَّمَوَاتِ وَمَا فِي الْأَرْضِ مَنْ ذَا الَّذِي يَشْفَعُ عِنْدَهُ إِلَّا بِإِذْنِهِ يَعْلَمُ مَا بَيْنَ أَيْدِيهِمْ وَمَا خَلْفَهُمْ وَلَا يُحِيطُونَ بِشَيْءٍ مِّنْ عِلْمِهِ إِلَّا بِمَا شَاءَ وَسِعَ كُرْسِيُّهُ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضَ وَلَا يَئُودُهُ حِفْظُهُمَا وَهُوَ الْعَلِيُّ الْعَظِيمُ﴾ بقره (۲۵۵)

«غیر از خدا، هیچ معبودی نیست. همیشه زنده است و پابنده. نه چرت می‌زند، نه خوابش می‌گیرد. آنچه در آسمان و زمین است فقط مال اوست. چه کسی در برابر او بی‌اجازه‌اش حق شفاعت دارد؟ آینده و گذشته همه موجودات را می‌داند. جز به مقداری که او بخواهد، به چیزی از علمش دست پیدا نمی‌کنند. علم و فرمانروایی‌اش آسمان‌ها و زمین را فراگرفته است و نگهداری‌شان برایش مشکل نیست. او بلندمرتبه بزرگ است.»

سلام به تو که همیشه حوصله حرف‌هایم  
را داری! که صفحه‌های تاریک و روشن کتاب  
زندگی‌ام را از بری! که حتی وقتی گوشی  
هیچ‌کدام از دوست‌هایم در دسترس نیست،  
در دسترسی! سلام به تو که بزرگی و بلندمرتبه،  
که نزدیکی و مهربان!



## راه از چاه کاملاً مشخص است

﴿لَا إِكْرَاهَ فِي الدِّينِ ۖ قَدْ تَبَيَّنَ الرُّشْدُ مِنَ  
الْغَيِّ ۚ فَمَنْ يَكْفُرْ بِالطَّاغُوتِ وَيُؤْمِنْ  
بِاللَّهِ فَقَدِ اسْتَمْسَكَ بِالْعُرْوَةِ الْوُثْقَى  
لَا انفِصَامَ لَهَا ۗ وَاللَّهُ سَمِيعٌ عَلِيمٌ﴾

بقره (۲۵۶)

«دین داری واجب است؛ اما دیگران را نمی توان  
و نباید به زور دین دار کرد؛ چون که راه از چاه  
کاملاً مشخص است. پس، هر که در زندگی از  
آنچه در تعارض با خداست دوری کند و خدا را  
باور داشته باشد به چنان تکیه گاه مطمئنی  
پناه می برد که هیچ تزلزلی در آن راه ندارد. خدا  
شنوای داناست.»

کمتر حرص بخور. دفعه بعد که پاکت سیگار را  
در جیبش دیدی، به جای اینکه عصبانی شوی،  
با او حرف بزن. اگر گوش شنوایی داشته باشد،  
می شنود و می پذیرد؛ چون راه از چاه کاملاً  
مشخص است.



## یار تو کیست؟

﴿اللَّهُ وَلِيُّ الَّذِينَ ءَامَنُوا يُخْرِجُهُم مِّنَ الظُّلُمَاتِ إِلَى النُّورِ وَالَّذِينَ كَفَرُوا أَوْلِيَآؤُهُمُ الطَّاغُوتُ يُخْرِجُونَهُم مِّنَ النُّورِ إِلَى الظُّلُمَاتِ أُولَٰئِكَ أَصْحَابُ النَّارِ هُمْ فِيهَا خَالِدُونَ﴾

بقره ﴿۲۴۷﴾



«خدا یار و سرپرست اهل ایمان است. آنان را از تاریکی‌های اعتقادی و اخلاقی به طرف نور معرفت و پاکی بیرون می‌کشد، اما کسانی که بی‌دینی می‌کنند یارشان طاغوت‌هایی‌اند که آن‌ها را از روشنایی به سوی تاریکی‌های می‌کشانند. آن‌ها جهنمی‌اند و برای همیشه آنجا می‌مانند.»

فهرست مخاطبان گوشیات را بالا و پایین  
کن. پس از حرف زدن با چند نفرشان احساس  
می‌کنی شعله‌ای در دلت روشن شده است؟  
معاشرت با کدامشان زلال‌ترت می‌کند؟ خدا  
دوستِ این جور آدم‌هاست. تو چقدر با این  
آدم‌ها وقت می‌گذرانی؟





## هزار آفرین به خودم

﴿فَتَبَارَكَ اللَّهُ أَحْسَنُ الْخَالِقِينَ﴾

مؤمنون ﴿۶۴﴾



«همیشه سودمند و بابرکت است خدا که

نیکوترین آفرینندگان است.»





گفته بود: اگر رفتگر هستی، همان طوری  
خیابان‌ها را جارو بزن که فرشچیان نقاشی  
می‌کشد و پروفیسور سمیعی عمل جراحی  
انجام می‌دهد؛ طوری که فرشته‌ها با دیدن  
خیابان‌های تمیز لحظه‌ای مکث کنند و  
بگویند: اینجا رفتگری کار می‌کرده که کارش را  
خوب انجام می‌داده است.

تو چطور؟ آیا کارت را آن طوری انجام می‌دهی  
که بعدش به خودت بگویی هزار آفرین؟





هیچ کس مثل تو نیست

﴿لَيْسَ كَمِثْلِهِ شَيْءٌ﴾

﴿وَهُوَ السَّمِيعُ الْبَصِيرُ﴾

شوری ﴿۱۱﴾



«چیزی مانند او نیست و او شنوای بیناست.»

عادت داریم همه ناشناخته‌ها را با نگاه کردن به دنیای کوچک خودمان بشناسیم: بهشت را مثل جنگل‌های شمال و جهنم را مثل ظهرهای کویر می‌بینیم. خیال می‌کنیم فرشته‌ها پر دارند و جن‌ها سُم! خدا را هم همین طوری شناخته‌ایم و در فکرهایمان چیزهایی را به او نسبت داده‌ایم که دامن کبریایی‌اش از همه‌شان مبراست. خدا نه مثل من است و نه مثل شما. خدا شبیه هیچ‌کس نیست. خدا خداست.



**ولی تو که می توانی...**

﴿أَلَمْ تَعْلَمْ أَنَّ اللَّهَ  
عَلَىٰ كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ﴾

بقره ﴿۱۰۶﴾

«مگر نمی دانی خدا از عهده هر کاری برمی آید؟»

بله، این‌ها را خودم بلام. قبلاً دکترها زحمت کشیده‌اند و گفته‌اند که شاید هیچ‌وقت بچه‌دار نشویم. آزمایش‌ها هم نشان داده‌اند که قرار نیست هیچ اتفاقی بیفتد و خودمان پیش‌پیش می‌دانیم که نمی‌توانیم... ولی تو که می‌توانی...؛ ولی برای تو که کار نشد ندارد... دارد؟!



## بهترین نگهبان

﴿فَاللَّهُ خَيْرٌ حَافِظًا  
وَهُوَ أَرْحَمُ الرَّاحِمِينَ﴾

یوسف ﴿٦٤﴾

«خدا بهترین حافظ و مهربان‌تر  
از همه مهربان‌هاست.»

بابا قبل از مسافرت همه چیز را چک می‌کرد؛  
لاستیک‌ها و روغن ترمز و چراغ‌ها را. راننده  
محتاطی هم بود: نه با خستگی می‌راند و  
نه با عجله؛ اما همیشه می‌گفت تا بی‌بی  
پشت سرش آب نریزد و برایش ﴿فَاللَّهُ خَيْرٌ  
حَفِظًا﴾ نخواند، دلش برای زدن به جاده‌ها  
قرص نمی‌شود.





## این دنیا مجهز به دوربین مدار بسته است

﴿أَلَمْ يَعْلَم بِأَنَّ اللَّهَ يَرَى﴾

علق ۱۴



«مگر نمی‌داند که خدا (او را) می‌بیند؟!»



مایی که موقع شام عروسی طوری لقمه‌ها  
را برمی‌داریم که در فیلم خوب بیفتیم، مایی  
که جلو دوربین‌های مداربسته سوپری‌ها  
معذب می‌شویم، مایی که دوست نداریم  
کسی بی‌هوا عکسمان را بگیرد، چطور گاهی  
یادمان می‌رود که یک نفر از روز اول، دکمه  
ریکورد زندگی‌مان را زده و هنوز خاموشش  
نکرده است؟





**گفتی بیا حرف بزیم**

﴿وَقَالَ رَبُّكُمْ ادْعُونِي  
أَسْتَجِبْ لَكُمْ﴾

غافر ﴿٦٠﴾



«پروردگارتان گفت: مرا صدا بزیند تا دعای

شما را اجابت کنم.»

تو که نیازی نداشتی دعا‌های ما را بشنوی. همه  
را می‌دانستی؛ حتی قبل از اینکه خودمان به  
آن‌ها فکر کنیم. اما گفتی صدايت بزئيم؛ چون  
دوست داشتی با هم حرف بزئيم؛ چون ما  
بیشتر وقت‌ها به بهانه این حاجت‌هاست که  
سراغ تو می‌آئيم؛ چون ما حرف زدن معمولی  
با تو را بلد نیستيم.





## پناه درماندگی‌ها

﴿أَمَّنْ يُجِيبُ الْمُضْطَرَّ إِذَا دَعَاهُ وَيَكْشِفُ  
السُّوءَ وَيَجْعَلُكُمْ خُلَفَاءَ الْأَرْضِ﴾

نمل ﴿٦٤﴾



«[آیا شریک‌های دروغین بهترند] یا کسی که  
وقتی درمانده‌ای او را صدا بزنی، جوابش را  
می‌دهد و گرفتاری‌اش را برطرف می‌کند و شما  
را جانشین‌های اهل زمین قرار می‌دهد؟»

رسم است که این آیه را برای رفع گرفتاری‌ها  
بخوانند. رمز و راز ماجرا اما انگار در دل همین  
کلمه‌های ساده نهفته است: می‌خواهی از  
درماندگی نجات پیدا کنی؟ از غیر او دل بَبُر  
و به او پناه بَبِر.



## نزدیکم به تو

﴿وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي  
فَأِنِّي قَرِيبٌ ۖ أُجِيبُ دَعْوَةَ  
الِدَّاعِ إِذَا دَعَانِ﴾

بقره ﴿۱۸۶﴾



«وقتی بندگانم درباره من از تو می پرسند، از قول من بگو نزدیکم من. همیشه هم دعای دعاکننده را وقتی فقط از من بخواهد، سریع جواب می دهم.»

وقت خواندن این آیه به سوسوی ستاره‌های  
دوردست فکر کن، به کهکشان‌های درهم‌تنیده  
کشف‌شده و به جهان‌های ناپیدای کشف‌نشده؛  
چون تازه آن وقت است که طعم واقعی این  
«من نزدیکم» خدا را می‌چشی؛ چون تازه آن  
وقت است که می‌فهمی نزدیک بودن آن خدای  
زیبا و باشکوه به تو آدمِ دوپای گرفتار این خاک  
چه غنیمتی است.



## بار اولش که نیست

﴿وَمَنْ يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ  
حَسْبُهُ وَإِنَّ اللَّهَ بَلِغُ أَمْرِهِ﴾

طلاق ۳



«هرکه به خدا توکل کند او برایش بس است.  
خدا خواستِ خود را به کرسی می‌نشانند.»



نوح را از طوفان نجات داد و یوسف را از چاه.  
موسی را از دل دریا به سلامت عبور داد و  
ابراهیم را از دل آتش. بار اولش که نیست. پس،  
چرا وقتی همه چیز را به او سپرده‌ای، هنوز  
دست و دلت می‌لرزد؟ مگر پشت‌گرمی او برای  
نوح و یوسف و موسی و ابراهیم کافی نبود؟





همین که تو باشی بس است

﴿حَسْبِيَ اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا  
هُوَ عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ﴾

توبه (۱۲۹)



«خدا برایم بس است. معبودی جز

او نیست. توکلم فقط به اوست.»

هر بار که کسی یا چیزی را از دست می‌دهم،  
یک گوشه از قلبم فرومی‌ریزد. تو اما درست  
در همین لحظه‌ها از راه می‌رسی تا یادم  
بیاوری که هستی؛ تا نشانم بدهی که حتی  
اگر تنهاترین آدم دنیا باشم، بودن تو کنار من  
کافی است.





**خودم را به تو می سپارم**

﴿وَأُفَوِّضُ أَمْرِي إِلَى اللَّهِ

إِنَّ اللَّهَ بِالصِّيرَةِ بِالْعِبَادِ﴾

غافر ﴿۴۴﴾



«امور خودم را به خدا می سپارم که خدا حال

و روز بندگانش را می بیند.»



از بچگی تا حالا حتی یک روز هم از من چشم  
برنداشته‌ای، اخلاق خوب و بدم را از همه  
بهتر می‌شناسی، از همه رازهایم خبر داری،  
می‌دانی شب‌ها قبل از خواب به چه فکر  
می‌کنم و روزها با چه آرزویی بیدار می‌شوم.  
پس، چه کسی بهتر از تو که خودم را به او  
بسپارم؟ هرچه نباشد، از قدیم گفته‌اند کار را  
باید سپرد به کاردان.





## زیاد به یادم باش

﴿أَذْكُرُوا اللَّهَ ذِكْرًا كَثِيرًا﴾

احزاب ﴿٤١﴾



«ای آدم‌های باایمان، خدا را زیاد یاد کنید.»

صدای خوردن باران به شیشه‌ها یاد اوست؛  
هیاهوی موج‌ها در دریا یاد اوست؛ غوغای  
گنجشک‌ها دم طلوع خورشید هم یاد اوست.  
زمین و زمان حتی یک لحظه از یاد او غافل  
نمی‌شوند. تو چطور؟ چقدر از روز و شبت را  
به یاد او هستی؟





## با کدام آرام بخش؟

﴿أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ﴾

رعد ﴿۲۸﴾



«بدانید دل‌ها تنها با یاد خدا آرام می‌گیرند.»



تا کی؟ تا کی می خواهی شبها با ملاتونین  
بخوابی و روزها با سرتراپین بیدار شوی و  
ظهرها با فاموتیدین معدهات را آرام کنی و  
عصرها با پروپرانولول به جنگ دل شوره‌هایت  
بروی؟ وقتش نشده تسبیح فیروزه‌ای مامان  
را که از جاکلیدی آویزان است برداری و زیر  
لب دو تا الله اکبر به یاد خدایی که از همه  
دردهایت بزرگ‌تر است، زمزمه کنی؟



## کافی است صدایش کنی

﴿لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ سُبْحَانَكَ  
إِنِّي كُنْتُ مِنَ الظَّالِمِينَ﴾

انبياء 

«[یونس در دل تاریکی‌های شکم ماهی  
این‌طور مناجات کرد:] خدایی غیر از تو نیست.  
کاردرست تویی. درواقع، من بودم که به  
خودم بد کردم.»

همیشه می‌توانی برگردی. اصلاً همین که به آن فکر می‌کنی، یعنی کسی آن بالاها دلش برای تو تنگ شده است. فقط کافی است وسط تاریکی‌ها صدایش بزنی و بگویی: آهای کسی که همیشه با من خوب بودی! من خیلی به خودم بد کردم.



## با تلخی‌های زندگی چطور تا کنیم؟

﴿الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ﴾

بقره (۱۵۶)

«همان کسانی که وقتی حادثه ناگوارى  
برایشان اتفاق می‌افتد، می‌گویند: "ما از  
خدا هستیم و به سوى او برمی‌گردیم."»

چشم‌هایت را ببند و خودت را به او بسپار؛  
شبیه آن مسافر قطاری که حتی موقع عبور از  
دل تاریک‌ترین تونل‌ها، آن قدر به راننده قطار  
اعتماد دارد که آب در دلش تکان نمی‌خورد.





## حکم آنچه تو فرمایی

﴿مَا شَاءَ اللَّهُ لَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ﴾

کَهْف ﴿٣٩﴾



«هرچه خدا بخواهد همان می شود.

نیروی جز نیروی او نیست.»

خانه‌ای که ساخته‌ای، روزی‌ای که بر سر  
سفره‌ات آمده، توانی که در بازوانت حس  
می‌کنی، هوشی که در ذهنت جاری است...  
هیچ‌کدام را با دستان خودت به دست  
نیآورده‌ای. هرچه هست، از اوست. پس  
مبادا روزی که میوه‌های تلاشت را چیدی،  
خیال کنی که همه را با دست خود کاشته‌ای.  
هرگاه در اوج بودی، این ذکر را از لب‌هایت  
نینداز: مَا شَاءَ اللَّهُ لَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ. تا مبادا باد  
غرور تو را برگیرد و سایه لطفش را از تو بردارد.



## لیوان و دریا یکی نیست

﴿لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ  
نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا﴾

بقره ﴿۲۸۶﴾

«خدا هرکس را فقط به اندازه  
توانش مسئول می‌داند.»



خدا موقع نمره دادن به زندگی‌ات فقط به  
ورقه امتحانت نگاه نمی‌کند. خدا حواسش  
هست که لیوانی یا دریا، که توانایی و ظرفیتش  
را داشته‌ای یا نه. پس، این قدر بد به دلت راه  
نده. تلاشت را بکن؛ اما باقی را بسپار به لطف  
و مهربانی او. یک وقت دیدی خدا تو را با نُه و  
هفتاد و پنج صدم قبول کرد و فلانی را با نمره  
بیست، نُه.



## به آغوشم برگرد

﴿يَعِبَادِي الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَىٰ  
 أَنفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا مِن رَّحْمَةِ اللَّهِ  
 إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعًا﴾

زمر ﴿۵۳﴾

«ای بندگان من که با آلودگی به گناه به  
 خودتان ظلم کرده‌اید، از لطف خدا ناامید  
 نشوید. خدا همه گناهان را با توبه می‌آمرزد.»

می‌توانست برای آشتی کردن کلی شرط و شروط بگذارد؛ می‌توانست یکی - دو تا کار را از بخشیدن استثنا کند؛ حتی می‌توانست بگوید یک سری از آدم‌ها را هرگز نخواهد بخشید؛ اما نکرد؛ اما نگفت. می‌خواست آغوشش در این آیه باز باز باشد تا کسی از مهربانی‌اش جا نماند.



## میوه‌های پایین دستی، میوه‌های سر شاخه

﴿رَبَّنَا آتِنَا فِي الدُّنْيَا حَسَنَةً وَفِي  
الْآخِرَةِ حَسَنَةً وَقِنَا عَذَابَ النَّارِ﴾

بقره ﴿۲۰﴾



«خدایا، هم در این دنیا به ما خوبی بده و  
هم در آخرت و از عذاب جهنم حفظمان کن.»

هم از پایین دستی‌ها بچین و هم به شاخه‌های  
بالا تر دست دراز کن. وقت گپ زدن با او، نه  
بی خیال دنیا شو و نه زندگی دیگر را از یاد ببر.





# نامه او را بخوان





چه خبر از آن خدایی که شناختی؟ خبر این است که او تو را فراموش نکرده، تنها رهایت نکرده، بلکه برایت نامه‌ای فرستاده است؛ نامه‌ای که روشنی بخش راه توست؛ نوری که در ظلمات زندگی گمراه نمی‌گذاردت. این نامه همان قرآن است؛ کلامی که در شریف‌ترین ماه سال، رمضان، بر زمین نازل شد تا برای همگان هدایت باشد: ﴿شَهْرُ رَمَضَانَ الَّذِي أُنزِلَ فِيهِ الْقُرْآنُ هُدًى لِّلنَّاسِ وَبَيِّنَاتٍ مِّنَ الْهُدَىٰ وَالْفُرْقَانِ﴾ (بقره: ۱۸۵)؛ کتابی که در آن هیچ شک و تردیدی راه ندارد و دست آنانی را که در پی راه حق‌اند به سوی تقوا و سعادت می‌گیرد: ﴿ذَٰلِكَ الْكِتَابُ لَا رَيْبَ فِيهِ

هُدًى لِّلْمُتَّقِينَ﴾ (بقره: ۲). راهی که قرآن نشان می‌دهد، بهترین و استوارترین راه است: ﴿إِنَّ هَذَا الْقُرْآنَ يَهْدِي لِلَّتِي هِيَ أَقْوَمُ﴾ (اسراء: ۹). اما این کتاب فقط کتاب هدایت نیست، بلکه شفابخش جان‌های مضطرب، مرهمی برای دل‌های خسته و گنجینه‌ای از رحمت برای مؤمنان است: ﴿وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ﴾ (اسراء: ۸۲). پس، باید به این کلام گوش سپرد، با دلی آماده و ذهنی پذیرنده، در مقابل آیاتش سکوت کرد، آن را شنید و به عمق آن راه یافت: ﴿وَإِذَا قُرِئَ الْقُرْآنُ فَاسْتَمِعُوا لَهُ وَأَنْصِتُوا﴾ (اعراف: ۲۰۴). نه تنها شنید، بلکه باید آن را خواند، حتی اگر اندک باشد، که هر آیه‌اش دریایی از معرفت است: ﴿فَاقْرَأُوا مَا تيسَّرَ مِنَ الْقُرْآنِ﴾ (مزمّل: ۲۰).



اما خواندن کافی نیست. قرآن آمده است که فهمیده شود، در جان‌ها نفوذ کند و در زندگی‌ها جریان یابد. پس، باید آن را با طمأنینه و تدبر خواند، باید با احترام و تأمل در کلماتش غرق شد: «وَرَتِّلِ الْقُرْآنَ تَرْتِيلاً» (مزمّل: ۴)؛ چراکه این کتاب نقشه راهی است که پروردگار برای تو ترسیم کرده است. این نامه را بخوان، بفهم، و بگذار در جان و زندگی‌ات جاری شود.



## ماه ماه‌ترین کتاب

﴿شَهْرُ رَمَضَانَ الَّذِي أُنزِلَ فِيهِ  
الْقُرْآنُ هُدًى لِّلنَّاسِ وَبَيِّنَاتٍ  
مِّنَ الْهُدَىٰ وَالْفُرْقَانِ﴾

بقره ۱۸۵



«ماه رمضان ماهی است که در آن، قرآن  
برای راهنمایی مردم فرستاده شده و قرآن  
نشانه‌هایی روشن برای هدایت دارد و معیار  
تشخیص حق از باطل است.»



در اینترنت سرچ کن ده کتابی که قبل از مرگ باید بخوانیم. اصلاً چرا ده تا؟ سرچ کن پنجاه کتابی که قبل از مرگ باید بخوانیم. ندید قول می‌دهم که نام قرآن در هیچ‌یک از جست‌وجوهایت نیست. چرا یادمان می‌رود که قرآن قبل از هر چیز «کتاب» است؟ چرا به جای کتابخانه شخصی‌مان، کنار آینه و شمعدان می‌گذاریمش؟ اصلاً چرا یادمان می‌رود بخوانیمش؟



## نامه‌ای برای خودِ خودِ خودت

﴿ذَلِكَ أَلْكِتَابُ لَا رَيْبَ

فِيهِ هُدًى لِّلْمُتَّقِينَ﴾

بقره ﴿۲﴾



«این کتاب، که بدون شک از طرف  
خداست، آدم‌هایی را به مقصد  
می‌رساند که مراقب رفتارشان اند.»

نامه‌ای فرستاده، برای خودِ خودِ خودت،  
تا در پیچ و خم زندگی دستت را بگیرد. فقط  
کافی است دل بدهی، به کلماتش گوش  
بسپاری، و بخواهی که راه را پیدا کنی. فقط  
کافی است که مراقب باشی و قدم‌هایت را با  
نورش برداری. آن وقت می‌بینی نتیجه‌اش را.





## دفترچه راهنمای بهترین زندگی

﴿إِنَّ هَذَا الْقُرْآنَ يَهْدِي  
لِلَّتِي هِيَ أَحْسَنُ﴾

اسراء ﴿۹﴾



«بی تردید، این قرآن به درست‌ترین  
برنامه زندگی راهنمایی می‌کند.»



شکست عشقی خورده‌ای؟ کسب و کارت  
برکت ندارد؟ نمی‌دانی رابطه‌ات را چطور با  
پدر و مادرت درست کنی؟ نمی‌دانی در زندگی  
باید دقیقاً دنبال چه باشی؟ می‌ترسی؟  
زیادی مضطرب هستی؟ تنهایی دارد به تو  
فشار می‌آورد؟ مغزت برای درس خواندن کار  
نمی‌کند؟ باور کن راه حل همه این‌ها در این  
کتاب هست. قرآن را دست کم نگیر.



## شفای آدم‌های درست‌کار

﴿وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ  
شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ وَلَا  
يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا﴾

اسراء ﴿۸۲﴾



«و ما از قرآن آنچه را برای مؤمنان مایه  
درمان و رحمت است، نازل می‌کنیم. اما برای  
بدکارهای بی‌دین، جز خسارت و بدبختی  
بیشتر، نتیجه‌ای ندارد.»



مثل باران که در باغ لاله می‌رویاند و در کویر  
خاشاک، مثل نور که شمعدانی‌های پای  
پنجره را زنده نگه می‌دارد و خفاش‌ها را فراری  
می‌دهد، دمخور شدن با کتاب خدا هم به  
بعضی دل‌ها شفا می‌دهد و برای بعضی دیگر  
جز ضرر و زیان، میوه‌ای ندارد.



## خودت را به رودخانه آیه‌ها بسیار

﴿وَإِذَا قُرِئَ الْقُرْآنُ فَاسْتَمِعُوا لَهُ وَأَنْصِتُوا لَعَلَّكُمْ تُرْحَمُونَ﴾

اعراف ﴿۲۰۴﴾

«وقتی قرآن خوانده می‌شود، گوش جان به آن بسپارید و کاملاً سکوت کنید تا لطف خدا شامل حالتان شود.»

می‌گفت موقع گوش دادن به تلاوت قرآن،  
همه صداهای اضافه را خاموش می‌کنم؛ هم  
صدای بیرون را، هم هیاهوی درون را. دلم را  
آماده می‌کنم، گوش جان می‌سپارم و منتظر  
می‌نشینم تا آیه‌ها مثل رود، از دل سنگی‌ام  
عبور کنند و آرام آرام در دلم رسوب کنند و در  
لحظه‌ای ناب، نخستین شکوفه‌های اشک  
را برویانند.



## روزت را با آیه‌ها شب کن

﴿فَأَقْرءُوا مَا تَيَسَّرَ مِنَ الْقُرءَانِ﴾

مزمل ﴿٢٠﴾



«هرقدر برایتان میسر است قرآن بخوانید.»

امتحان‌ش که ضرری ندارد. این‌همه با شبکه‌های اجتماعی وقت تلف کردی. یک مدت هم وقت‌های خالی‌ات را با آیه‌ها بگذران تا ببینی چه می‌شود. مثلاً شب‌ها قبل از خواب واقعه بخوان یا صبح‌ها در مترو و اتوبوس قرآن گوش کن یا اصلاً گاهی یک چای برای خودت بریز و به اندازه سه - چهار دقیقه، چند آیه را با ترجمه بخوان. اگر زیربانت مزه نکرد، هرچه خواستی بگو.





## مزه مزه کردن آیه‌ها

﴿وَرَتِّلِ الْقُرْآنَ تَرْتِيلاً﴾

مزمل ﴿٤﴾



«قرآن را شمرده شمرده و روشن

و با تأمل و دقت بخوان.»

مثل مزه مزه کردن غذای مامان پس از چند  
ماه خوردن غذای پادگان، مثل ذره ذره دیدن  
آخرین قسمت سریالی که عاشقش هستی،  
مثل دل دل کردن دم در برای خدا حافظی  
کردن با کسی که دوستش داری، آیات خدا  
را هم شمرده شمرده بخوان. بگذار طعم  
شیرینشان خوب زیر زبانت بیاید.





# فرستاده‌اش را بشناس





خداى حكيم براى هدايت انسان‌ها، برگزیدگانى از ميان بهترين مخلوقاتش فرستاد تا راه را نشان دهند و دستگير بشر باشند. پيامبر خاتم، محمد مصطفی ﷺ، بهترين الكوى زندگى است: ﴿لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ﴾ (احزاب: ۲۱). شناخت پيامبر، نه فقط در دانستن نام و زندگى او، بلكه در پيروي محض از او و جانشينان برحقش معنا مى يابد: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا أَطِيعُوا اللَّهَ وَأَطِيعُوا الرَّسُولَ وَأُولِي الْأَمْرِ مِنْكُمْ﴾ (نساء: ۵۹). اين اطاعت با عشق و مودت همراه است؛ چراكه خداوند دوستى با خاندان پيامبر را پاداش رسالت قرار داده است: ﴿لَا أَسْأَلُكُمْ عَلَيْهِ أَجْرًا إِلَّا الْمَوَدَّةَ فِي

الْقُرْبَىٰ ﴿شوری: ۲۳﴾.

خدا و فرشتگانش بر پیامبر درود می‌فرستند و ما نیز مأموریم که با تسلیم و محبت، نام او را بزرگ داریم: ﴿إِنَّ اللَّهَ وَمَلَائِكَتَهُ يُصَلُّونَ عَلَى النَّبِيِّ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا صَلُّوا عَلَيْهِ وَسَلِّمُوا تَسْلِيمًا﴾ (احزاب: ۵۶).

پیامبر ﷺ مأمور شد رسالت الهی اش را به تعیین قاعده‌ی ولایت و حکومت و اقتدار در جامعه‌ی اسلامی تمام کند و دین را به کمال خود برساند: ﴿يَا أَيُّهَا الرَّسُولُ بَلِّغْ مَا أُنزِلَ إِلَيْكَ مِنْ رَبِّكَ وَإِنْ لَمْ تَفْعَلْ فَمَا بَلَغْتَ رِسَالَتَهُ﴾ (مائده: ۶۷). آن روز که مشخص شد هسته‌ی قدرت و مدیریت جامعه به دست پاک‌ترین انسان‌ها است، دین به کمال رسید و دشمنان از نابودی اش ناامید شدند: ﴿الْيَوْمَ يَئِسَ الَّذِينَ كَفَرُوا مِنْ دِينِكُمْ



فَلَا تَخْشَوْهُمْ وَاخْشَوْنَ الْيَوْمَ أَكْمَلْتُ لَكُمْ  
دِينَكُمْ وَأَتَمَمْتُ عَلَيْكُمْ نِعْمَتِي وَرَضِيْتُ  
لَكُمْ الْإِسْلَامَ دِينًا ﴿مائده: ۳﴾.

بله؛ ولایت همچنان ادامه دارد. پس  
از پیامبر، ولی الهی کسی است که خدا و  
رسولش او را معرفی کرده‌اند: ﴿إِنَّمَا وَلِيُّكُمُ  
اللَّهُ وَرَسُولُهُ وَالَّذِينَ ءَامَنُوا الَّذِينَ يُقِيمُونَ الصَّلَاةَ  
وَيُؤْتُونَ الزَّكَاةَ وَهُمْ رَاكِعُونَ﴾ (مائده: ۵۵).  
این ولی الهی از هر ناپاکی دور است و خدا  
او را به طهارتی خاص پاک کرده است: ﴿إِنَّمَا  
يُرِيدُ اللَّهُ لِيُذْهِبَ عَنْكُمُ الرِّجْسَ أَهْلَ الْبَيْتِ  
وَيُطَهِّرَكُم تَطْهِيرًا﴾ (احزاب: ۳۳).

پس، باید پیامبر و اهل بیتش را شناخت،  
محبتشان را در دل جای داد و در مسیر آنان  
قدم نهاد. آنان چراغ‌های هدایت‌اند که ما را  
به مقصد می‌رسانند.



## شبیہ کی زندگی کنم؟

﴿لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ  
اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ﴾

احزاب ﴿۱۱﴾

«قطعاً راہ و روش رسول خدا برای  
شما سرمشق خوبی است.»

هر دوره شبیه کسی شد: دیروز شبیه فلان بازیگر، امروز شبیه فلان خواننده و فردا شبیه فلان اینفلوئنسر اینستاگرامی. یک بار پیش خودش فکر نکرد که آخر این‌ها کی‌اند که من می‌خواهم مثلشان باشم؟ یک بار ننشست در خلوت، چند صفحه از کتاب سنن النبی را ورق بزند تا شبیه مردی باشد که بهانه خلقت آسمان‌ها و زمین بود. یک بار نشد دلش بخواهد مثل حبیب خدا، محمد ﷺ، زندگی کند.

## بعضی وقتها فقط بگو چشم

﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا  
 أَطِيعُوا اللَّهَ وَأَطِيعُوا الرَّسُولَ  
 وَأُولِيَ الْأَمْرِ مِنْكُمْ﴾

نساء ﴿۵۹﴾

«مسلمانان، از خدا اطاعت کنید و نیز از  
 پیامبر و امامان معصوم فرمان ببرید.»

بعضی وقت‌ها عقلت به ته‌وتوی قضیه  
راه نخواهد داد، بعضی وقت‌ها حکمتش  
را نخواهی فهمید، اما اگر اعتماد داشته  
باشی، اگر گُل ایمان در دلت شکوفه داده  
باشد، سرت را پایین می‌اندازی و می‌گویی  
چشم؛ مثل وقت‌هایی که دکتر متخصص  
دارویی تجویز می‌کند و تو بی‌چون و چرا  
می‌گویی چشم.





## مزد پیامبری چیست؟

﴿قُلْ لَا أَسْأَلُكُمْ عَلَيْهِ أَجْرًا  
إِلَّا الْمَوَدَّةَ فِي الْقُرْبَىٰ﴾

شوری (۲۲)



((پیامبر، بگو برای راهنمایی‌تان مزدی از شما  
نمی‌خواهم، مگر دوستی اهل بیتم [که آن  
هم به نفع خودتان است].))



پاداش آن همه خون دل خوردن و دشنام شنیدن و عرق ریختن سیم و زر نبود؛ محبت بود. می خواست مردم دوست داشتن و عشق ورزیدن را تمرین کنند؛ آن هم عشق ورزیدن به کسانی که در خوبی و پاکی و مهربانی مثل نداشتند؛ چون می دانست که همه عاشقها عاقبت یک روز شبیه معشوقشان می شوند.





## موقع دیدن چه کسی چشم‌هایت برق می‌زند؟

﴿إِنَّ اللَّهَ وَمَلَائِكَتَهُ يُصَلُّونَ عَلَى النَّبِيِّ يَا أَيُّهَا  
الَّذِينَ ءَامَنُوا صَلُّوا عَلَيْهِ وَسَلِّمُوا تَسْلِيمًا﴾

احزاب ۵۶



«خدا و فرشته‌هایش بر پیامبر صلوات می‌فرستند.  
ای اهل ایمان، شما هم بر او صلوات بفرستید و  
کاملاً تسلیم فرمان او باشید.»

موقع دیدن چه کسی چشم‌هایت برق  
می‌زند؟ در دلت چه کسی را تحسین می‌کنی؟  
آدم‌ها را از همین تحسین‌ها و آفرین‌ها  
می‌شود شناخت. اصلاً عیار آدم‌ها با همین  
«مرگ بر»ها و «درود بر»ها معلوم می‌شود.  
خدا و فرشته‌هایش که به پیامبر درود  
می‌فرستند. توبه چه کسی درود می‌فرستی؟





## آخرین گام رسالت

﴿يَأْتِيهَا الرَّسُولُ بَلِّغْ مَا أُنزِلَ  
إِلَيْكَ مِنْ رَبِّكَ ۗ وَإِنْ لَمْ تَفْعَلْ  
فَمَا بَلَّغْتَ رِسَالَتَهُ﴾

مآئده ﴿۱۷﴾



«ای پیامبر، آنچه از طرف پروردگارت بر تو نازل شده است، به طور کامل به مردم اعلام کن، و اگر چنین نکنی، مأموریت پیامبری ات را به سرانجام نرسانده‌ای.»

روبه روی ایوان نجف به خیلی چیزها می شود  
فکر کرد؛ مثلاً به انگشتی که در رکوع بخشیدی  
یا به شبی که به جای پیامبر، خطرها را به جان  
خریدی یا...؛ اما بعضی وقتها دوست دارم به  
تلاؤ خورشید روی گنبد و بارگاہت زل بزنم و به  
بخش دوم این جمله فکر کنم که اگر نبودی،  
حتی پیامبری پیامبر هم ناتمام می ماند.





## روزی که همه چیز کامل شد

﴿الْيَوْمَ يَئِسَ الَّذِينَ كَفَرُوا مِنْ دِينِكُمْ  
فَلَا تَخْشَوْهُمْ وَاخْشَوْنِ الْيَوْمَ أَكْمَلْتُ  
لَكُمْ دِينَكُمْ وَأَتَمَمْتُ عَلَيْكُمْ نِعْمَتِي  
وَرَضِيتُ لَكُمُ الْإِسْلَامَ دِينًا﴾ مائده ۳



«امروز با انتخاب جانشین پیامبر، دشمنان بی‌دینتان از نابودی دینتان ناامید شدند. بنابراین، دیگر از آن‌ها نترسید و فقط از من حساب ببرید. امروز مجموعه دینتان را کامل کردم، نعمت ولایت را بر شما تمام ساختم و راضی‌ام از اینکه دینتان اسلام باشد.»



هیچ‌یک از آن‌ها ناامیدشان نکرده بود؛  
نه بدرونه احدونه فتح مکه. پیرمردهای  
سردوگرم‌چشیده به جوان‌ترهایشان گفته  
بودند: «فقط صبر کنید و ببینید. ما از این  
چیزها در زندگی‌مان کم ندیده‌ایم. فقط صبر  
کنید محمد از دنیا برود تا خودتان ببینید این  
نهال جوان چطور از ریشه درمی‌آید.» آن خبر  
بزرگ اما ناگهان همه حساب و کتاب‌هایشان را  
به هم ریخت... خدا فکر همه چیز را کرده بود.





## همه‌کاره تو کیست؟

﴿إِنَّمَا وَلِيُّكُمُ اللَّهُ وَرَسُولُهُ وَالَّذِينَ  
ءَامَنُوا الَّذِينَ يُقِيمُونَ الصَّلَاةَ  
وَيُؤْتُونَ الزَّكَاةَ وَهُمْ رَاكِعُونَ﴾

مائده 



«سرپرست و همه‌کاره‌تان فقط خداست  
و پیامبرش و مؤمنانی که نماز را برپا  
می‌دارند و با آدابش می‌خوانند و  
در حال رکوع صدقه می‌دهند.»



همه‌کاره بعضی‌ها صبح‌به‌صبح کراوات  
می‌زند و در افاق جنگ دستور سلاخی زن‌ها  
و بچه‌ها را صادر می‌کند؛ همه‌کاره بعضی‌ها  
دم از حقوق بشر می‌زند و هر روز صلح را در  
غزه و لبنان سلاخی می‌کند؛ همه‌کاره ما  
اما آن مردی است که با دست خودش در  
دهان یتیم‌ها خرما می‌گذاشت و در رکوع  
به سائل‌ها انگشتر می‌بخشید. همه‌کاره  
بعضی‌ها آمریکا و اسرائیل است و همه‌کاره  
ما مهدی فاطمه ع‌ا‌س فرزند فاتح خیبر.



## دور از ناپاکی‌ها

﴿إِنَّمَا يُرِيدُ اللَّهُ لِيُذْهِبَ عَنْكُمُ  
الرِّجْسَ أَهْلَ الْبَيْتِ وَيُطَهِّرَكُمْ تَطْهِيرًا﴾

احزاب ﴿۳۳﴾



«خدا می خواهد هرگونه ناپاکی را فقط از  
شما اهل بیت دور نگه دارد و نیز شما را کاملاً  
پاک و پاکیزه نگه دارد.»

لکه خون روی پارچه را باید با آب سرد بشویی،  
شیشه‌ها را باید با روزنامه باطله خشک کنی،  
پیراهن‌های پشمی را باید با حرارت کم اتو  
کنی، اما با چروک‌های آدمیزاد، بالکه‌های روح  
آدمیزاد باید چه کار کنی؟ کتاب خدا جوابت  
را داده است: می‌خواهی پاک و صاف باشی؟  
این خانواده پاک‌اند. مثل آن‌ها باش.





با دشمنانش مبارزه کن





پیامبران نیامدند تا تنها پند دهند و بروند. آنان برانگیخته شدند تا مردم را به قیام در برابر ظلم و برپایی عدالت فراخوانند. هدف جهانی بود که در آن هیچ مظلومی در بند نماند و هیچ ستمگری یکه‌تاز میدان نشود. اما این آرمان همیشه با مانع ظالمان روبه‌رو بوده است. آنان که منافعشان در ستمگری است هرگز در برابر عدالت آرام نمی‌نشینند. پس، از همان ابتدا، نبردی تاریخی میان جبهه حق و باطل شکل گرفت؛ نبردی که تا روز قیامت ادامه خواهد داشت. در این میدان، هر انسان باید جایگاه خود را بیابد و سنگر حق را خالی نگذارد.

اهل ایمان با اینکه همدل و مهربان با دوستان خویش‌اند، در برابر دشمنان همچون الگوشان، پیامبر، سرسخت‌اند: ﴿مُحَمَّدٌ رَسُولُ اللَّهِ وَالَّذِينَ مَعَهُ أَشِدَّاءُ عَلَى الْكُفَّارِ رُحَمَاءُ بَيْنَهُمْ﴾ (فتح: ۲۹). این جنگ تنها با پیروان عادی کفر نیست، بلکه باید در برابر پیشوایان ظلم و فساد ایستاد: ﴿فَقَاتِلُوا أِيمَّةَ الْكُفْرِ إِنَّهُمْ لَا أَيْمَنَ لَهُمْ﴾ (توبه: ۱۲)؛ چراکه به هیچ عهد و پیمانی وفادار نمی‌مانند. دشمنی این دشمن بسیار جدی و تمام‌نشده است. او تنها در میدان جنگ ظاهر نمی‌شود، بلکه در سبک زندگی نیز رخنه می‌کند. آنان هرگز راضی نخواهند شد، مگر اینکه پیرو راهشان شوی: ﴿وَلَنْ تَرْضَىٰ عَنْكَ الْيَهُودُ وَلَا النَّصَارَىٰ حَتَّىٰ تَتَّبِعَ مِلَّتَهُمْ﴾ (بقره: ۱۲۰). پس، مبارزه تنها راه برای این دشمن سیری‌ناپذیر و مستکبر است.



در این مسیر، استقامت جمعی ضرورت دارد: ﴿فَأَسْتَقِمُّ كَمَا أُمِرْتُ وَمَنْ تَابَ مَعَكَ﴾ (هود: ۱۱۲) و این استقامت با آمادگی و کسب قدرت ممکن می‌شود: ﴿وَأَعِدُّوا لَهُمْ مَا اسْتَطَعْتُمْ مِنْ قُوَّةٍ﴾ (انفال: ۶۰).

اما این میدان تنها با تجهیزات ظاهری فتح نمی‌شود، بلکه سرمایه اصلی مجاهد ایمان به نصرت الهی است. او در این میدان، دست به دامان خدا می‌شود و از او شرح صدر و آرامش طلب می‌کند: ﴿رَبِّ اشْرَحْ لِي صَدْرِي وَيَسِّرْ لِي أَمْرِي﴾ (طه: ۲۵-۲۶)؛ ﴿رَبَّنَا أَفْرِغْ عَلَيْنَا صَبْرًا وَثَبِّتْ أَقْدَامَنَا وَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ﴾ (بقره: ۲۵۰).

این مؤمنان مجاهد چون به نصرت و قدرت الهی ایمان دارند، شوکت و هیبت دشمن دلشان را خالی نمی‌کند و با اطمینان



خاطر می‌گویند: ﴿وَقَالُوا حَسْبُنَا اللَّهُ وَنِعْمَ الْوَكِيلُ﴾  
 (آل عمران: ۱۷۳). برای همین استقامت است  
 که نه ترسی دارند و نه اندوهی: ﴿إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا  
 رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَمُوا تَتَنَزَّلُ عَلَيْهِمُ الْمَلَائِكَةُ أَلَّا  
 تَخَافُوا وَلَا تَحْزَنُوا﴾ (فصلت: ۳۰).

خداوند وعده پیروزی داده است؛ مشروط  
 بر اینکه مؤمنان یاری او را در زمین محقق  
 سازند: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا إِن تَنْصُرُوا اللَّهَ  
 يَنْصُرْكُمْ وَيُثَبِّتْ أَقْدَامَكُمْ﴾ (محمد: ۷)، و  
 این وعده الهی حتمی است: ﴿أَنَّ وَعْدَ اللَّهِ  
 حَقٌّ وَلَكِنَّ أَكْثَرَهُمْ لَا يَعْلَمُونَ﴾ (قصص:  
 ۱۳) و سرانجام، پیروزی از آن حزب خداست:  
 ﴿فَإِنَّ حِزْبَ اللَّهِ هُمُ الْغَالِبُونَ﴾ (مائده: ۵۶)، به  
 شرط اینکه ایمانشان را از دست ندهند: ﴿وَلَا  
 تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِن كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ﴾  
 (آل عمران: ۱۳۹). اتفاقاً در این میدان سخت



نصرت خدا نزدیک است: ﴿أَلَا إِنَّ نَصْرَ اللَّهِ قَرِيبٌ﴾ (بقره: ۲۱۴)؛ ﴿نَصْرٌ مِّنَ اللَّهِ وَفَتْحٌ قَرِيبٌ وَبَشِيرٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ﴾ (صف: ۱۳). مبارزه در راه حق نه تنها موجب هدایت فردی، بلکه رمز پیشرفت و سعادت جامعه است: ﴿وَالَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا﴾ (عنکبوت: ۶۹).

هرچند توطئه و نقشه دشمن دقیق و پیچیده است، در برابر تدبیر و مکر خدای متعال هیچ است: ﴿وَمَكْرُؤٌ وَّمَكْرَ اللَّهُ وَاللَّهُ خَيْرٌ الْمَكْرِيْنَ﴾ (آل عمران: ۵۴) و سرنوشتشان نابودی است: ﴿وَسَيَعْلَمُ الَّذِينَ ظَلَمُوا أَيَّ مُنْقَلَبٍ يَنْقَلِبُونَ﴾ (شعراء: ۲۲۷)؛ چراکه این قاعده همیشه صادق این دنیا است که: ﴿جَاءَ الْحَقُّ وَزَهَقَ الْبَاطِلُ إِنَّ الْبَاطِلَ كَانَ زَهُوقًا﴾ (اسراء: ۸۱).

اما برخی پایشان در این میدان می لرزد؛ کسانی که شعار می دهند، ولی سر بزنگاه‌ها،

پای آرمان‌هایشان نمی‌ایستند و میدان را خالی می‌کنند: ﴿لَمْ تَقُولُونَ مَا لَا تَفْعَلُونَ﴾ (صف: ۲). با دیدن هیبت دشمن دلشان خالی می‌شود و عقب‌نشینی می‌کنند و به خیال خامشان برای به دست آوردن عزت و آبرو می‌خواهند دست به دامان دشمن شوند. اما پیام خدا برای آنان این است که عزت، تنها در ایمان و پیروی از خداوند است: ﴿فَإِنَّ الْعِزَّةَ لِلَّهِ جَمِيعًا﴾ (نساء: ۱۳۹). ای کاش کسانی که غیر از خدا را اولیای خود برگزیدند می‌دانستند که سست‌ترین خانه‌ها خانه عنکبوت است: ﴿وَإِنَّ أَوْهَنَ الْيُوتِ لَبَيْتُ الْعَنْكَبُوتِ﴾ (عنکبوت: ۴۱). آنان که دین را وسیله‌ای برای منفعت‌طلبی دنیا قرار می‌دهند با این سبک دین‌داری منفعت‌طلبانه‌شان هم آخرتشان را باخته‌اند و هم دنیایشان را: ﴿خَسِرَ الدُّنْيَا وَالْآخِرَةَ﴾ (حج: ۱۱).

بله؛ آینده روشنِ روشنِ روشن است و  
زمین سرانجام یک روز به صاحبان واقعی اش  
برمی‌گردد: «وَنُرِيدُ أَنْ نَمُنَّ عَلَى الَّذِينَ اسْتُضِعُوا  
فِي الْأَرْضِ وَنَجْعَلَهُمْ أُمَّةً وَنَجْعَلَهُمُ الْوَارِثِينَ»  
(قصص: ۵). پس، راه روشن است: جهاد،  
استقامت، ایمان و توکل بر خدا رمز پیروزی  
در این نبرد سرنوشت‌ساز است.



همراهان محمد ﷺ چگونه اند؟

﴿مُحَمَّدٌ رَسُولُ اللَّهِ وَالَّذِينَ مَعَهُ  
أَشِدَّاءُ عَلَى الْكُفَّارِ رُحَمَاءُ بَيْنَهُمْ﴾

فتح ۲۹

«محمد پیامبر خدا و همراهانش در برابر دشمنان بی‌دین سرسخت‌اند و با خودشان مهربان.»

همراه محمد باید شبیه محمد باشد؛ شبیه او که برای مردم مدینه مثل پدری مهربان بود و برای دشمنان خدا همچون صاعقه‌ای خشمناک که آسمان را می‌شکافت. همراه محمد باید آمیزه‌ای از رحم و خشم و مهر و قهر باشد. پای هریک که بلنگد، پای همراهی‌اش هم خواهد لنگید.





## نبرد با رهبران کفر

﴿فَقَاتِلُوا أُمَّةَ الْكُفْرِ  
إِنَّهُمْ لَا أَيْمَانَ لَهُمْ﴾

توبه ﴿۲۴﴾



«با رهبران کفر بجنگید؛ زیرا به  
هیچ تعهدی پایبند نیستند.»

دست می‌دهند، اما در همان آستین مار  
پنهان کرده‌اند. لبخند می‌زنند، اما پشت  
همان لب‌ها دندان‌هایشان را روی هم فشار  
می‌دهند. صلح می‌کنند، اما پشت همین  
میزها برای جنگ نقشه می‌کشند. می‌توانی  
خودت را به آن راه بزنی و این‌ها را نادیده  
بگیری، اما یادت باشد گرگ‌های دنیا هیچ‌وقت  
از درندگی دست برنمی‌دارند.





## لازم نیست راضی شان کنی

﴿وَلَنْ تَرْضَىٰ عَنْكَ الْيَهُودُ وَلَا  
النَّصَارَىٰ حَتَّىٰ تَتَّبِعَ مِلَّتَهُمْ﴾

بقره ۱۲۰



«یهودیان و مسیحیان [منحرف] هیچ وقت از تو راضی نمی شوند، مگر اینکه دنباله رو دینشان و به طور کامل تسلیم خواسته هایشان شوی.»





شاید ادایش را دربیاورند، اما هیچ وقت واقعاً کوتاه نمی‌آیند. امروز هسته‌ای را بهانه می‌کنند و فردا موشک را و پس فردا اصل ایران را. نه تنها در حرف، که در عمل هم نشان داده‌اند به هیچ مرزی قانع نیستند. هر قدمی که به عقب برداریم، ده قدم جلوتر می‌آیند. این خاصیت زیاده‌خواهان این عالم است.





## کم نیاورید

﴿فَأَسْتَقِمَّ كَمَا أُمِرْتُ

وَمَنْ تَابَ مَعَكَ﴾

هود ﴿۱۱۲﴾



«همان طور که مأموریت یافته‌ای،  
ثابت قدم باش. کسانی هم که با تو رو به  
سوی خدا آورده‌اند ثابت قدم باشند.»



تا قبل از رسیدن به نیل، همه‌شان ادعای  
ایمان داشتند؛ اما چشمشان به لشکر فرعون  
که افتاد، ناگهان دست و پایشان لرزید. قصه  
موسی و پیروانش قصه همیشه است. خدا  
آدم‌ها و ادعاهایشان را آرام‌آرام آن قدر الک  
می‌کند تا در آخر فقط واقعی‌ها باقی بمانند؛  
همان‌ها که تا لحظه آخر استقامت به خرج  
می‌دهند و کم نمی‌آورند.



## خودت را قوی کن

﴿وَأَعِدُّوا لَهُمْ مَّا  
أَسْتَطَعْتُمْ مِّن قُوَّةٍ﴾

انفال ﴿۶۰﴾

«[برای مقابله با دشمن] هرچه می‌توانید نیرو  
و تجهیزات نظامی آماده کنید [تا دشمنان  
خدا و خودتان را به وحشت بیندازید].»

یادت هست چه غروری داشتیم موقع  
تماشای آن موشک‌ها؟ چه افتخاری می‌کردیم  
به ایرانمان؟ چه کیفی می‌بردیم از دیدن  
خنده‌های از ته دل بچه‌های غزه؟ باید یکی  
از این شب‌های فراموش نشدنی را گذرانده  
باشی تا بفهمی پشت همین دستور ساده،  
چه شیرینی‌های بزرگی خوابیده است.





## شبيه دريا باش

﴿رَبِّ اَشْرَحْ لِي صَدْرِي  
وَيَسِّرْ لِي اَمْرِي﴾

طه ٢٥-٢٦



«موسی پیش از آنکه سراغ فرعون برود  
گفت: خدایا، ظرفیتم را برای تحمل مشکلات  
بیشتر کن و مأموریتم را برایم آسان ساز.»

می‌توانی بزرگ‌تر از این حرف‌ها باشی؛  
می‌توانی به محض سبز شدن چراغ دستت  
را روی بوق فشار ندهی؛ می‌توانی به جای  
جواب‌های تندوتیز، با صبوری بیشتری به  
گلایه‌های همسرت گوش کنی؛ حتی می‌توانی  
تنه محکم عابر غریبه را با لبخند پاسخ بدهی،  
به شرط آنکه به وسعت دریا باشی، نه به  
اندازه آب در یک لیوان کوچک که با افتادن  
یک سنگ ریزه طوفانی می‌شود.



## کمک کن دلمان نلرزد

﴿رَبَّنَا أَفْرِغْ عَلَيْنَا صَبْرًا وَثَبِّتْ  
أَقْدَامَنَا وَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ﴾

بقره ﴿۴۰﴾



«[زمانی که اهل ایمان بال لشکر دشمن  
روبه رو شدند، این طور دعا کردند:  
خدایا، از صبر و استقامت سرشارمان  
کن، قدم هایمان را محکم کن و بر این  
جماعت بی دین پیروزمان فرما.]]»



خدایا، کمکمان کن موقع خواندن خبرها  
دلمان نلرزد، از شمردن شهیدها دلهره نگیریم  
و با بلوف‌های دشمن ته دلمان خالی نشود.  
خدایا، کمکمان کن بفهمیم که دشمن هر قدر  
هم هیبت داشته باشد، پیش جلال و جبروت  
تو عددی نیست؛ که حزب خدا پیروز است؛ حتی  
اگر تمام چرتکه‌های زمینی خلافتش را بگویند.



## تکیه‌گاه تو کیست؟

﴿وَقَالُوا حَسْبُنَا اللَّهُ وَنِعْمَ الْوَكِيلُ﴾

آل عمران ﴿۱۷۳﴾



«خدا برای ما کافی است و او  
خوب تکیه‌گاهی است.»

با همین آیه‌ها در عبور از روی تل دوام آورد، با  
همین آیه‌ها بچه‌ها را یکی یکی سوار شترهای  
برهنه کرد و با همین آیه‌ها کاخ یزید را روی  
سرش خراب کرد. زینب چنین تکیه‌گاهی  
داشت که نشکست، که سر خم نکرد، که تا  
آخر جنگید. تکیه‌گاه تو کیست؟





## در ستایش سرسختی

﴿إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ  
أَسْتَقَمُوا تَنْزَلُ عَلَيْهِمُ الْمَلَائِكَةُ  
أَلَّا تَخَافُوا وَلَا تَحْزَنُوا﴾

فصلت ﴿٣٠﴾



«البته کسانی که گفتند: "صاحب اختیارمان  
خداست" و پای حرفشان ایستادند،  
فرشتگان بر آنان فرود می‌آیند که:  
"نترسید و غصه نخورید."»

خدا آدم‌های شل‌وول را دوست ندارد؛ همان‌ها که با اولین نسیم از ریشه درمی‌آیند و با برف سال بعدی هم پایین نمی‌آیند؛ همان‌ها که منتظرند جهت باد را ببینند تا فوراً قبله‌شان را عوض کند. در عوض، خدا طرف‌دار آدم‌های سرسخت و پوست‌کلفت است؛ همان‌ها که هیچ‌جوره شکست را قبول نمی‌کنند؛ همان‌ها که کمرشان زیر بارهای سنگین خم می‌شود، اما خم به ابرو نمی‌آورند؛ همان‌ها که طوفان برایشان شوخی است.





**یک قدم از تو، هزار قدم از من**  
﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا إِن تَنصُرُوا  
اللَّهَ يَنصُرْكُمْ وَيُثَبِّتْ أَقْدَامَكُمْ﴾

محمد ﷺ



«مسلمانان، اگر به دین خدا کمک  
کنید، خدا هم کمکتان می‌کند و  
گام‌هایتان را محکم می‌سازد.»

از روز اولی که دنیا را آفریده، برای خودش  
قانون گذاشته است که اگر کسی قدمی  
برداشت، زمین و آسمان را به پایش بریزد.  
باور نمی‌کنی؟ به صفحه‌های تقویم نگاه  
کن. تمام تاریخ گواه این ادعاست؛ از جنگ  
بدر گرفته تا نبرد غزه.



## قول‌های تو فرق دارند

﴿أَنَّ وَعْدَ اللَّهِ حَقٌّ وَلَكِنَّ  
أَكْثَرَهُمْ لَا يَعْلَمُونَ﴾

قصص ۱۳

«بی‌تردید، وعده‌های خدا حق است،  
ولی بیشتر مردم نمی‌دانند.»



ما شاید موقع تبلیغات انتخاباتی وعده‌ای  
بدهیم و فردا فراموشش کنیم؛ ما شاید به  
بچه‌مان قول شهربازی بدهیم و همان شب  
زیر قولمان بزنییم؛ ما شاید با خودمان عهد  
کنیم که دیگر سیگار نکشیم و چند ساعت  
بعد نخ تازه‌ای روشن کنیم؛ اما برای خدا  
قول و قرارها معنای دیگری دارند. وعده‌های  
خدا دل خوش‌کنک‌های الکی نیستند؛  
وعده‌های خدا حقِ حق‌اند.





**آخرش کی برنده می شود؟**

﴿فَإِنَّ حِزْبَ اللَّهِ هُمُ الْغَالِبُونَ﴾

مائده ﴿۵۶﴾



«یقیناً حزب خداست که پیروز است.»

با هر متر و معیار این دنیایی که حساب می‌کردی، حسین بن علی علیه السلام در میدان شکست خورده بود؛ خودش و یارانش به شهادت رسیده بودند و زنان و فرزندان او به اسارت رفته بودند. تاریخ اما نشان داد که پیروزی حق فراتر از میدان‌های کوچک است؛ که حزب الله پیروز است؛ حتی اگر هر روز نشانی خون تازه‌ای بر پرچمش بنشیند.





## شما پیروزید

﴿وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزِنُوا وَأَنْتُمْ  
الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ﴾

آل عمران <sup>۱۳۹</sup>



«از شکست خوردن، ضعف به خودتان  
راه ندهید و روحیه‌تان را نبازید؛ چون  
شما حقیقتاً برترید؛ البته به شرطی  
که واقعاً ایمان داشته باشید.»

شاید مثل احد رودست بخورید؛ شاید دشمن آن قدر درنده باشد که جگر سرداری همچون حمزه را به دندان بکشد؛ اما نه از این رودست‌ها به خودتان ضعف راه بدهید و نه از دیدن این درنده‌خویی‌ها روحیه‌تان را ببازید. اسرائیل و بزرگترش آمریکا که عددی نیستند. تاریخ بزرگ‌تر از این‌ها را به زباله‌دان فرستاده است.





## صبح نزدیک است

﴿أَلَا إِنَّ نَصْرَ اللَّهِ قَرِيبٌ﴾

بقره ﴿۲۴﴾



«بدانید یقیناً کمک خدا نزدیک است.»



به تو پناه می‌برم از کمک‌های دور؛ از کمک‌های  
با اما و اگر؛ از کمک‌های با ناز و منت. به تو  
پناه می‌برم از امروز و فردا کردن‌هایشان، از  
به این و آن حواله دادن‌هایشان، از شانه  
بالا انداختن‌هایشان. به تو پناه می‌برم که  
پشتیبانی‌ات همیشه در دسترس و یاری‌ات  
همیشه نزدیک است.





## معامله دوطرفه

﴿نَصْرٌ مِّنَ اللَّهِ وَفَتْحٌ قَرِيبٌ  
وَبَشِيرٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ﴾

صف ۱۳



«پاداش دیگری هم هست که دوستش  
دارید: کمک خدا و پیروزی نزدیک. بله، همه  
این‌ها را به مسلمانان مرزده بده.»



تو که پا پس نکشی، تو که غرغریهای  
«نمی‌توانم، نمی‌توانم»ت بلند نشود، تو که  
خودت را نبازی و باروحیه جلو بروی، کمک‌های  
او هم از راه می‌رسند؛ پیروزی هم همین‌طور؛  
اما یادت باشد: خدا به هیچ‌کس چک  
سفیدامضای نصرت و پیروزی نداده است.  
باید حرکت کنی تا برکت او برسد. این معامله  
دو طرفه است.



## سرانجام راه را نشانت می‌دهد

﴿وَالَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا  
لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا﴾

عنکبوت ۶۹



«شک نکن که ما کسانی را که در راه ما مجاهدت

کنند به راه‌های خود راهنمایی می‌کنیم.»

می‌گفتند کسی تکنولوژی‌اش را به ما  
نمی‌دهد؛ می‌گفتند تحریمیم؛ می‌گفتند  
ما از پشش بر نمی‌آییم. طهرانی‌مقدم‌ها  
و رضایی‌نژادها و فخری‌زاده‌ها اما کوتاه  
نیامدند؛ چون این آیه را با پوست و گوشت  
و خون زندگی کرده بودند؛ چون می‌دانستند  
که خدا سرانجام راهش را نشان می‌دهد.

## نقشه‌های خدا

﴿وَمَكْرُوا وَمَكَرَ اللَّهُ وَاللَّهُ

خَيْرُ الْمَكْرِينَ﴾

آل عمران ﴿۵۱﴾

«بدخواهان نقشه کشیدند. خدا هم

بر ضدشان نقشه کشید. البته خدا

بهتر از همه نقشه می‌کشد.»

د فترچه هدف هایش را مرور کرد: «شش ماه بعد باید ارشدم را تمام کنم؛ دو سال بعد باید اولین سفر خارجی ام را رفته باشم؛ ده سال بعد باید اولین خانه ام را خریده باشم و...» لبخند زد، عطر موهای دخترش را نفس کشید و روی مبل ولو شد. چه خوب که نقشه خدا آن همه نقشه بی مزه را خراب کرده بود.



**سرانجام گذر پوست به  
دباغ خانه می افتد**

﴿وَسَيَعْلَمُ الَّذِينَ ظَلَمُوا  
أَيَّ مَنَقَلٍ يَنْقَلِبُونَ﴾

شعراء ﴿٢٢٧﴾



«ستمگرها به زودی متوجه می شوند  
که به چه جایگاهی برخوانند گشت.»

بی خیالی لحن آیه را دوست دارم؛ انگار می خواهد  
بگوید بگذار هر غلطی که می خواهند بکنند؛  
بگذار هر قدر که از دستشان برمی آید گردوغبار  
کنند. سرانجام، گذر پوست به دباغ خانه می افتد؛  
سرانجام، یک روز پیش ما برمی گردند. آن وقت  
به آنان نشان می دهیم که صاحب واقعی این  
جهان کیست.



## می خواهیم بمانم

﴿وَقُلْ جَاءَ الْحَقُّ وَزَهَقَ الْبَاطِلُ  
إِنَّ الْبَاطِلَ كَانَ زَهُوقًا﴾

اسراء ﴿۸۱﴾

«بگو حق آمده و باطل نابود شده است.  
اصولاً باطل نابودشده است.»



از خوش‌شانسی‌های روزگار ما یکی هم این  
است که داریم این آیه را هر روز با چشم‌های  
خودمان تماشا می‌کنیم؛ داریم می‌بینیم که  
چطور آن سنگ‌های کوچک سرانجام دارند  
آن تانک‌های بزرگ را از پا درمی‌آورند؛ که چطور  
فلسطین تنها ماندنی است و اسرائیل، با  
آن همه خدم و حشم، رفتنی!



## دورنگ نباشیم

﴿لِمَ تَقُولُونَ مَا لَا تَفْعَلُونَ﴾

صف ۴



«ای مؤمنان، چرا حرف‌هایی می‌زنید  
که به آن عمل نمی‌کنید؟»

پشت فرمان از دزدی فلان مسئول گلایه می‌کند، اما موقع پس دادن کرایه می‌گوید پول خُرَد ندارد. در مجلس به ممنوعیت واردات بَهمان گوشی رأی می‌دهد، اما در دست فرزندانِش جدیدترین مدل‌هایش را می‌بینی. به بچه‌هایش می‌گوید دروغ‌گویی کار بدی است، اما خودش دیر رسیدن‌های هر روزش را گردن ترافیک می‌اندازد. شعار می‌دهد، ولی... چقدر این دورنگی‌ها آدم را از چشم خدا می‌اندازند.



**بگذار خدا آبروداری کند**

﴿فَإِنَّ الْعِزَّةَ لِلَّهِ جَمِيعًا﴾

نساء ۱۳۹



«عزت و آبرو یک سره دست خداست.»

دست به دامان این و آن می شود و به  
لبخندهای دروغین شان دل خوش می کند  
و به سایه های پوشالی پناه می برد. غافل  
از آن که عزت، نه در دست خلق است و نه  
در زرق و برق دنیا. عزت را باید از صاحبش  
خواست، از خدایی که اگر بخواهد، نامت را بر  
سر زبان ها می اندازد و اگر اراده کند، میان خلق  
سربلندت می دارد. پس رهایشان کن، بگذار  
خدا خودش آبروداری کند.



## سست‌تر از همه خانه‌ها

﴿وَإِنَّ أَوْهَنَ الْبُيُوتِ  
لَبَيْتُ الْعَنْكَبُوتِ﴾

عنكبوت ﴿٥٧﴾



«[ای کاش کسانی که غیر از خدا را اولیای  
خود برگزیدند می‌دانستند که] سست‌ترین  
خانه‌ها خانه عنكبوت است.»

عنکبوت‌ها خیلی به خودشان می‌نازند. گمان می‌کنند با آن تارهای منظم و مرتب، که به خیال خودشان شاهکار معماری است، می‌توانند از پس هر طعمه‌ای برآیند؛ اما خبر ندارند که جهان شکارچی‌های بزرگ‌تری هم دارد؛ آن قدر بزرگ که شاه‌طعمه‌های تاریخ، از بنی‌امیه گرفته تا صهیونیست‌ها، شکار یک روزش‌اند.

**بازنده‌های همیشگی**  
 ﴿خَسِرَ الدُّنْيَا وَالْآخِرَةَ﴾

حج ۱۱

«[آن‌هایی که خدا را با منفعت طلبی  
 می‌پرستند] نه دنیا دارند و نه آخرت.»



خسته نشدی از این همه یکی به میخ و یکی  
به نعل زدن؟ نمی خواهی یک شب بنشینی  
و تکلیف خودت را با خودت روشن کنی؟  
کدام یکی را می خواهی انتخاب کنی؟ دلت  
با کدام قبله است؟ نمی ترسی این طوری  
همه چیز را یکجا بازی؟ که دستت هم از خرما  
کوتاه بماند و هم از خدا؟



## وارثان آخر دنیا

﴿وَنُرِيدُ أَنْ نَمُنَّ عَلَى الَّذِينَ  
أَسْتَضِعُّوْا فِي الْأَرْضِ وَنَجْعَلَهُمْ  
أَيِّمَةً وَنَجْعَلَهُمُ الْوَارِثِينَ﴾

قصص ﴿

«ما می‌خواستیم به آنان که در زمین به  
ناتوانی و ضعف گرفته شده بودند، نعمتی  
بزرگ ببخشیم و آنان را الگو و پیشوای مردم  
و وارث جهان قرار دهیم.»

تا آخر که این طور نمی ماند. زمین سرانجام  
یک روز به صاحبان واقعی اش برمی گردد؛  
به همان ها که پینه های دستشان شمردنی  
نیست. به همان ها که نجابت و سربلندی را  
می شود از چشم هایشان خواند. زمین یک  
روز سهم کسانی می شود که تا حالا سهمی از  
آن نداشته اند؛ روزی که دیر نیست؛ روزی که  
دور نیست.





# خودت را بساز



البته که تا انسان خودش را تربیت نکند و قوی نسازد، نمی‌تواند پا در این میدان مبارزه بگذارد. کسی که می‌خواهد در مسیر حق گام بردارد، باید پیش از هر چیز خودش را بسازد. مبارزه بیرونی، بدون پیروزی در جهاد درونی، سرانجامی ندارد. کسی که خود را به سلاح صبر، تقوا و تلاش مجهز نکند، در میانه راه از پا خواهد افتاد. کسانی که دیگران را به خیر دعوت می‌کنند، اما خود را فراموش کرده‌اند، در واقع مسیر اشتباهی را می‌روند:

﴿ أَتَأْمُرُونَ النَّاسَ بِالْبِرِّ وَتَنْسَوْنَ أَنْفُسَكُمْ ﴾

(بقره: ۴۴). بنابراین، باید از خداوند بخواهیم که آگاهی ما را روزبه روز بیشتر کند: ﴿رَبِّ زِدْنِي عِلْمًا﴾ (طه: ۱۱۴) تا در مسیر خوبی‌ها، از دیگران پیشی بگیریم: ﴿فَأَسْتَبِقُوا الْخَيْرَاتِ﴾ (بقره: ۱۴۸).

البته این راه، سختی هم دارد؛ ولی این سختی‌ها راهنمای رسیدن به آسانی‌هاست: ﴿إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا﴾ (شرح: ۶). آن‌که نگاهش به افق بلندتری دوخته شده می‌داند که تمام این سختی‌ها مقدمه رسیدن به خیر بزرگ‌تری است: ﴿وَعَسَىٰ أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَهُوَ خَيْرٌ لَّكُمْ وَعَسَىٰ أَنْ تُحِبُّوا شَيْئًا وَهُوَ شَرٌّ لَّكُمْ﴾ (بقره: ۲۱۶).

کلید حرکت در این مسیر سعی و تلاش مستمر است. انسان از مسیر تلاش‌هایش ساخته می‌شود: ﴿لَيْسَ لِلْإِنْسَانِ إِلَّا مَا سَعَىٰ﴾



(نجم: ۳۹). هیچ موفقیتی بدون مجاهدت ممکن نیست و هیچ رشدی بدون عبور از موانع به دست نمی‌آید. اگر انسان در سختی‌ها خود را نبازد و در بن بست‌ها خطر قرمزهای خدا را رعایت کند، خداوند درهای نجاتی را به رویش باز خواهد کرد که حتی گمانش را نمی‌کند:

﴿وَمَنْ يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَلْ لَهُ مَخْرَجًا وَيَرْزُقْهُ مِنْ حَيْثُ لَا يَحْتَسِبُ﴾ (طلاق: ۲-۳).

اما چگونه این مسیر را طی کنیم؟ راه رستگاری در گرو ارتباط با خداست. ﴿وَأَقِمِ الصَّلَاةَ لِذِكْرِي﴾ (طه: ۱۴). نماز با خشوع، معجون تام محمدی برای رستگاری است:

﴿قَدْ أَفْلَحَ الْمُؤْمِنُونَ الَّذِينَ هُمْ فِي صَلَاتِهِمْ خَلِشْعُونَ﴾ (مؤمنون: ۱-۲) و دستگیر انسان در زندگی است: ﴿وَأَسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ﴾ (بقره: ۴۵). و این نماز است که انسان را از

گناه بازمی دارد: ﴿إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَىٰ عَنِ الْفَحْشَاءِ  
وَالْمُنْكَرِ﴾ (عنکبوت: ۴۵).

خوشابه حال کسی که فهمید همه چیزش  
باید برای چنین خدایی باشد که همه کاره  
عالم است: ﴿قُلْ إِنْ صَلَاتِي وَنُسُكِي وَمَحْيَايَ  
وَمَمَاتِي لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ﴾ (انعام: ۱۶۲).

قدم مهم دیگر اصلاح نگاه به زندگی  
است. این دنیا محل امتحان شدن ماست  
و حتی نعمت‌هایی که در دستان ماست  
ابزار آزمون‌اند: ﴿هَذَا مِنْ فَضْلِ رَبِّي لِيَبْلُوَنِي  
ءَأَشْكُرُ أَمْ أَكْفُرُ﴾ (نمل: ۴۰). اگر شکرگزار  
باشیم، برکات بیشتری نصیبمان می‌شود:  
﴿لَئِنْ شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ وَلَئِنْ كَفَرْتُمْ إِنَّ  
عَذَابِي لَشَدِيدٌ﴾ (ابراهیم: ۷)؛ اما اگر ناسپاس  
باشیم و گرفتار اسراف و کفران شویم، نه تنها  
پیشرفت نمی‌کنیم، بلکه از مسیر رشد



بازمی‌مانیم: ﴿وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ﴾ (اعراف: ۳۱).

هرگاه در این مسیر احساس ضعف کردی، دست به دعا بردار و از خداوند بخواه که تو را در آغاز و پایان همه کارها یاری کند: ﴿رَبِّ اَدْخِلْنِيْ مُدْخَلَ صِدْقٍ وَّاَخْرِجْنِيْ مُخْرَجَ صِدْقٍ وَّاَجْعَلْ لِّيْ مِنْ لَّدُنْكَ سُلْطٰنًا نَّصِيْرًا﴾ (اسراء: ۸۰)؛ چراکه درنهایت، پیروزی از آن کسانی است که خود را ساخته‌اند و در مسیر حق استقامت ورزیده‌اند.



## یک سوزن به خودت، یک جوال دوز به بقیه

﴿أَتَأْمُرُونَ النَّاسَ بِالْبِرِّ  
وَتَنْسَوْنَ أَنْفُسَكُمْ﴾

بقره ۴۴



«آیا مردم را به انجام دادن کارهای خوب دستور  
می‌دهید و خودتان را فراموش می‌کنید؟»



آیه‌ها همیشه هم مهربان نیستند. گاهی  
طوری به صورتت سیلی می‌زنند که از خواب  
چندده‌ساله می‌پری؛ مثل همین آیه؛ مثل این  
جمله پیامبر خدا ﷺ که جایی گفته بود: آدمی  
را چه می‌شود که خار را در چشم برادر مؤمنش  
می‌بیند، اما شاخه را در چشم خود نه؟



**توبه من یاد بده...**

﴿رَبِّ زِدْنِي عِلْمًا﴾

طه ١١٤



«خدایا، علمم را بیشتر کن.»

سرانجام، یاد گرفتم چطور معادله‌های  
دیفرانسیل را با انتگرال حل کنم؛ سرانجام،  
توانستم شیمی را در کنکور بالای هفتاد  
درصد بزنم؛ حتی سرانجام، موفق شدم  
کارشناسی را با معدل الف تمام کنم؛ اما هنوز  
نفهمیده‌ام که باید با این روح بی‌قرار چه کار  
کنم. علم این یکی پیش توست، نه لای این  
کتاب‌های چندصد صفحه‌ای. علم این یکی را  
تو به من بده.



**بیا مسابقه بدهیم**

﴿فَأَسْتَبِقُوا الْخَيْرَاتِ﴾

بقره ۱۴۸



«در کارهای خوب از هم سبقت بگیرید.»

بعضی‌ها هم در این دنیا هستند که زمین بازی‌شان با ما فرق دارد؛ که به جای دویدن دنبال نماندنی‌ها، برای جاودانه‌ها عرق می‌ریزند؛ همان‌ها که زودتر از همه چراغ مسجد را روشن می‌کنند و زودتر از همه در دواها گذشت می‌کنند و زودتر از همه صدای ذکر گفتنشان تاریکی شب را پر می‌کند.



## سخت بکوش تا آسان بگذرد

﴿إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا﴾

شرح ٦



«بله، قطعاً همراه سختی آسانی است.»



مثل پيله‌ها كه براي پروانه شدن بايد خون  
دل بخورند، مثل جوجه‌ها كه بايد پوست  
تخم را با نوک نحيفشان بشكافند، مثل خود  
تو، بله، حتى خود تو كه براي متولد شدن  
بايد در خون دست و پا بزني، براي رسيدن به  
آسودگي، راهي به جز عرق ريختن نداري. اين  
قاعده دنياست.



## همیشه به دلخواه تو نیست

﴿وَعَسَىٰ أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَهُوَ  
خَيْرٌ لَّكُمْ وَعَسَىٰ أَنْ تُحِبُّوا شَيْئًا  
وَهُوَ شَرٌّ لَّكُمْ﴾ بقره ۲۱۶



«چه بسا چیزی را دوست نداشته باشید،  
اما به نفعتان باشد. چه بسا هم چیزی را  
دوست داشته باشید، اما به ضررتان باشد.  
[سود و زیان واقعی‌تان را خدا می‌داند؛ شما  
که نمی‌دانید.]»

در آن با چنگ و دندان دفاع کردن‌های چسبیده  
به دقیقه نود، در آن نفس نفس زدن‌های چند  
متر مانده به خط پایان، نشانه‌هایی هست برای  
آن‌ها که فکر می‌کنند که راه پیروزی همیشه  
قرار نیست از دوست داشتنی‌ها بگذرد. شاهد  
حی و حاضرش همین قدرت نظامی‌ای است  
که مایه چشم‌روشنی این روزهایمان‌اند. اگر  
نبود آن هشت سال پر از اشک و خون، کی به  
فکر فتح این قلعه‌ها می‌افتادیم؟





همه چیز به خودت بستگی دارد

﴿لَيْسَ لِلْإِنْسَانِ إِلَّا مَا سَعَى﴾

نجم ۳۹



«انسان به جز کار و تلاشش،

سرمایه‌ای ندارد.»

حالا هی برو برای لاغر شدن چای سبز بخور و  
برای پولدار شدن جلو آینه بگو من ثروتمندم  
و برای باز شدن گره‌های زندگی ات برو پیش  
دعانویس. قانون خدا که با این حرف‌ها  
عوض نمی‌شود. دنبال زندگی خوش و خرم  
و باصفا می‌گردی؟ باید به همان اندازه تلاش  
کنی و عرق بریزی و خون دل بخوری.



## با بن بست‌های زندگی چه کنیم؟

﴿وَمَنْ يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَلْ لَهُ مَخْرَجًا  
وَيَرْزُقْهُ مِنْ حَيْثُ لَا يَحْتَسِبُ﴾

طلاق (۱) و (۲)

«هرکه در حضور خدا مراقب رفتارش باشد،  
خدا راه خلاصی از مشکلات را پیش پایش  
می‌گذارد و به او از جایی که فکرش را نمی‌کند  
رزق و روزی می‌رساند.»

در بن بست‌های زندگی، کمتر دست و پا بزن.  
وسط آن طوفان‌ها، چند لحظه بنشین و به  
این آیه فکر کن. از خودت بپرس من این روزها  
چقدر مراقب رفتارم بوده‌ام؟ چقدر خدا را در  
کارهایم دیده‌ام؟ با خودت قول و قرارهایی  
بگذار و به وعده خدا اعتماد کن. آن وقت  
خودت خواهی دید که چطور چشمه‌ها از  
دل سنگ‌ها و شکوفه‌ها از دل آتش‌ها سر  
برخواهند آورد.





**یادت نرود یادم باشی**

﴿وَأَقِمِ الصَّلَاةَ لِذِكْرِي﴾

طه ۱۴



«به یاد من نماز را برپا کن

و با آدابش بخوان.»



این رکوع و سجده‌های عجله‌ای، این خمیازه‌های پشت سرهم، این خاراندن سر و صورت و وسط حمد و قل هو الله، این الله اکبرها و سبحان الله‌های بی حواس می‌توانست طور دیگری باشد، اگر یادمان می‌ماند که نماز را برای یاد او می‌خوانیم.



## خوشبخت کیست؟

﴿قَدْ أَفْلَحَ الْمُؤْمِنُونَ الَّذِينَ هُمْ فِي صَلَاتِهِمْ خَاشِعُونَ﴾

مؤمنون (۱-۲)



«مؤمنان قطعاً خوشبخت اند؛ همانان که در نمازشان خاشع و با حضور قلب اند.»

خوشبخت مامان بزرگ است که با هر الله  
اکبرش، گل‌های ریز چادر نمازش می‌شکفند.  
خوشبخت باباست که دیوارهای خانه،  
صدای نماز صبح‌هایش را می‌شناسند.  
خوشبخت من و تویم که با نان حلال پدر و  
مادر، با سجاده‌ها غریبه نیستیم. جای دیگر  
دنبال خوشبختی نگرد که عمر و جوانی‌ات  
گم می‌شود.





قبل از اینکه به میدان  
پا بگذاری...

﴿وَأَسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ﴾

بقره ۱۵۰



«با صبر و نماز از خدا کمک بگیرید.»

مثل وزنه‌برداری که قبل از شکستن رکورد جهان، چند دقیقه با خودش خلوت می‌کند، مثل جنگجویی که قبل از نواختن شیپور جنگ، چند ثانیه چشم‌هایش را می‌بندد، مثل نویسندگانی که قبل از نوشتن یک داستان تازه، انگشت‌هایش را روی کیبورد گرم می‌کند، تو هم قبل از پا گذاشتن به میدان‌های بزرگ زندگی، سجاده‌ات را پهن کن تا قدم‌هایت استوارتر شود.





## راز نماز چیست؟

﴿وَأَقِمِ الصَّلَاةَ إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَى  
عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ﴾

عنکبوت ﴿۱۵﴾



«نماز را با آدابش بخوان و اقامه کن که نماز  
جلو کارهای زشت و ناپسند را می‌گیرد.»

رازش در همین است: وقتی روزی پنج بار با محبوبت قرار ملاقات داشته باشی، دیگر نمی‌توانی آن آدم همیشگی باشی. حواست را جمع می‌کنی که سر قرارها خوشبو باشی، آلودگی گناهی ژولیده‌ات نکرده باشد و آن قدر سربلند باشی که رویت بشود با او حرف بزنی؛ رازش در همین است که گفته‌اند خواندن و نخواندنش مرز بین کفر و ایمان است.





## صاحب مرگ و زندگی ام تویی

﴿قُلْ إِنَّ صَلَاتِي وَنُسُكِي وَمَحْيَايَ  
وَمَمَاتِي لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ﴾

انعام ﴿١٦٢﴾



«بگو نماز و عبادت‌هایم و زندگی  
و مرگم، همه، برای خداست که  
صاحب اختیار جهانیان است.»



زندگی بعضی‌ها هم شبیه ملک‌های شراکتی است: صبحش را یکی خریده است و شبش را یکی دیگر؛ برای دانشگاهش فلانی تصمیم گرفته است و برای ازدواجش بهمانی؛ دنیایش را به دوستش فروخته است و آخرتش را به صاحب‌کارش. انگار نه انگار که سند این زندگی شش‌دنگ به نام خداست؛ انگار نه انگار که زندگی‌اش صاحب و مالکی دارد.





## نعمت‌ها هم آزمایش‌اند

﴿هَذَا مِنْ فَضْلِ رَبِّي لِيَبْلُوَنِي  
ءَأَشْكُرُ أَمْ أَكْفُرُ﴾

نمل ﴿٧٢﴾



«این نعمت از لطف خداست تا امتحانم کند  
که سپاسگزارم یا ناسپاس.»

بنده‌های خوب خدا این‌طور به نعمت‌ها نگاه می‌کنند: وسیله‌ای برای آزمایش. قرآن اما در جاهای دیگر از آدم‌های دیگری هم حرف می‌زند؛ از همان‌ها که با دیدن اولین بلا می‌گویند خدا به ما بی‌احترامی کرده است و با چشیدن اولین نعمت دور برمی‌دارند که لابد لیاقتش را داشته‌ایم. ما چطور به نعمت‌ها نگاه می‌کنیم؟



**کافی است قدرش را بدانی**

﴿لَئِنْ شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ وَلَئِنْ كَفَرْتُمْ إِنَّ عَذَابِي لَشَدِيدٌ﴾

ابراهیم 



«اگر شکر کنید، حتماً نعماتتان [و سرمایه وجودی تان] را زیاد می‌کنیم و اگر کفران نعمت کنید، عذابم بسیار شدید است.»

در احوالپرسی‌ها، به سؤال دوم و سوم نرسیده، از کسادی بازار غر می‌زند. می‌گوید نمی‌داند چرا چند سال پیش کارش آن قدر برکت داشته است و حالاً نه؛ که چرا آن همه مشتری دم مغازه‌اش صف کشیده بودند و امروز خبری از آنان نیست. ولی حواسش نیست که چند سال پیش چطور جواب احوالپرسی‌ها رامی‌داده است؛ که چطور ((شکر خدا، همه چیز خوب است)) از دهانش نمی‌افتاده است.

## زیاده‌روی ممنوع

﴿وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا  
إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ﴾

اعراف ﴿۳۱﴾

«در زندگی بخورید و بنوشید،  
ولی ریخت و پاش نکنید که خدا  
اسراف‌کارها را دوست ندارد.»

هوای تازه بخور، ولی روی درخت‌ها یادگاری  
ننویس. هیاهوی علف‌ها در باد را جرعه جرعه  
با گوش‌هایت بنوش، ولی زباله‌هایت را  
وسط دشت رها نکن. اسراف همیشه درباره  
شیرهایی که چکه می‌کنند و لامپ‌هایی که  
بیخودی روشن‌اند نیست. اسراف نکردن  
گاهی شبیه شعر سهراب است که جایی گفته  
است: «آب را گل نکنیم.»



## با صداقت شروع کن، با صداقت تمام کن

﴿رَبِّ أَدْخِلْنِي مُدْخَلَ صِدْقٍ  
وَأَخْرِجْنِي مُخْرَجَ صِدْقٍ وَأَجْعَلْ  
لِي مِنْ لَدُنْكَ سُلْطٰنًا نَّصِيْرًا﴾

اسراء ﴿٨٠﴾



[این طور دعا کن:] «خدایا، مرا در هر کار، با صداقت وارد کن، و با صداقت خارج ساز. خودت به من توانی بده که پشتیبانم باشد.»





حالا شاید بهتر بفهمی که چرا این همه کار نیمه تمام داری؛ این همه کاری که هم انگیزه اش را داشتی، هم برایش زحمت کشیدی و هم پایش هزینه دادی، اما به ثمر نشست که ننشست. حالا شاید بهتر متوجه شوی که تا با خودت و خدایت صادق نباشی، راه به جایی نمی‌بری.





# جامعه‌ات را بساز



اما نباید گوشه‌ای نشست و فقط به اصلاح خود مشغول شد. باید امتی ساخت پای رکاب ولی خدا برای نابودی دشمنان حق؛ و هیچ مردمی بدون اتحاد و تبدیل شدن به امت واحده نمی‌توانند در برابر دشمنان خود بایستند. اگر اهل ایمان می‌خواهند حق را یاری کنند، باید نخست با هم برادر باشند: ﴿إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ إِخْوَةٌ فَأَصْلِحُوا بَيْنَ أَخَوَيْكُمْ﴾ (حجرات: ۱۰). این برادری از خانواده آغاز می‌شود. پدر و مادر نخستین کسانی هستند که به احسان و محبت شایسته‌اند:

﴿وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا﴾ (اسراء: ۲۳). حتی کوچک‌ترین بی‌احترامی به آنان روا نیست: ﴿فَلَا تَقُلْ لَهُمَا أَفٍ وَلَا تَنْهَرُهُمَا وَقُلْ لَهُمَا قَوْلًا كَرِيمًا﴾ (اسراء: ۲۳). دل‌سوزی و دعا کردن برای پدر و مادر و مؤمنان نشانه این برادری است: ﴿رَبَّنَا اغْفِرْ لِي وَلِوَالِدَيَّ وَلِلْمُؤْمِنِينَ يَوْمَ يَقُومُ الْحِسَابُ﴾ (ابراهیم: ۴۱).

اما این برادری و محبت به خانواده محدود نمی‌شود. جامعه ایمانی باید سرشار از همدلی باشد، تفرقه را کنار بگذارد و همواره بر محور وحدت حرکت کند: ﴿وَأَعْتَصِمُوا بِحَبْلِ اللَّهِ جَمِيعًا وَلَا تَفَرَّقُوا﴾ (آل عمران: ۱۰۳). در این مسیر، همفکری و مشورت نقش کلیدی دارد: ﴿وَأْمُرْهُمْ شُورَىٰ بَيْنَهُمْ﴾ (شوری: ۳۸). با این همدلی و همفکری، فرصت همکاری و کمک متقابل به وجود می‌آید: ﴿وَتَعَاوَنُوا عَلَىٰ

الْبِرِّ وَالتَّقْوَىٰ وَلَا تَعَاوَنُوا عَلَى الْإِثْمِ وَالْعُدْوَانِ ﴿٢﴾  
(مائده: ۲).

اما وحدت، تنها در همیاری خلاصه نمی‌شود. اهل ایمان باید دل سوز هم باشند و یکدیگر را به حق و صبر توصیه کنند: ﴿وَتَوَاصَوْا بِالْحَقِّ وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ﴾ (عصر: ۳)، باید در روابط اجتماعی خود اهل احسان باشند: ﴿هَلْ جَزَاءُ الْإِحْسَنِ إِلَّا الْإِحْسَنُ﴾ (رحمان: ۶۰)، با مردم زیبا سخن بگویند: ﴿وقولوا للناس حسناً﴾ (بقره: ۸۳)، از عیب‌جویی و زخم‌زبان دوری کنند: ﴿وَيَلِّ لِكُلِّ هُمَزَةٍ لُّمَزَةٍ﴾ (همزه: ۱)، و زبان خود را از غیبت نگه دارند: ﴿وَلَا يَغْتَبِ بَعْضُكُم بَعْضًا أَيُحِبُّ أَحَدُكُمْ أَنْ يَأْكُلَ لَحْمَ أَخِيهِ مَيْتًا فَكَرِهْتُمُوهُ﴾ (حجرات: ۱۲).

همچنین، تکبر و فساد مانع به نتیجه رسیدن امور است: ﴿تِلْكَ الدَّارُ الْآخِرَةُ نَجْعَلُهَا

لِلَّذِينَ لَا يُرِيدُونَ عُلُوًّا فِي الْأَرْضِ وَلَا فَسَادًا  
وَالْعَلَقِبَةُ لِلْمُتَّقِينَ﴾ (قصص: ۸۳). ملاک برتری  
در جامعه ایمانی نه ثروت و قدرت، بلکه  
تقواست: ﴿إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتَقَىكُمْ﴾  
(حجرات: ۱۳).

در جامعه‌ای که برادری و دوستی حاکم  
باشد، کسی نیازمند باقی نمی‌ماند. دستگیری  
از محرومان، بخش مهمی از ساختن امت  
ایمانی است: ﴿وَيُطْعَمُونَ الطَّعَامَ عَلَىٰ حُبِّهِ  
مِسْكِينًا وَيَتِيمًا وَأَسِيرًا﴾ (انسان: ۸). انسان  
باید از دوست داشتنی‌هایش بگذرد و آن‌ها را  
ببخشد: ﴿لَنْ تَنَالُوا الْبِرَّ حَتَّىٰ تُنْفِقُوا مِمَّا تُحِبُّونَ﴾  
(آل عمران: ۹۲). قرض الحسنه از نشانه‌های  
جامعه سالم است: ﴿مَنْ ذَا الَّذِي يُقْرِضُ  
اللَّهَ قَرْضًا حَسَنًا فَيُضْعِفَهُ لَهُ وَأَضْعَافًا كَثِيرَةً﴾  
(بقره: ۲۴۵).

اما در کنار بخشش، عدالت نیز ضروری است. کم‌فروشی خیانت به جامعه است: «وَيْلٌ لِّلْمُطَفِّفِينَ» (مطففین: ۱) و سودی که خدا باقی می‌گذارد بهتر است: «بَقِيَّتُ اللَّهِ خَيْرٌ لَّكُمْ إِن كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ» (هود: ۸۶). ربا، که روابط اقتصادی را آلوده می‌کند، به شدت نهی شده است: «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا لَا تَأْكُلُوا الرِّبَا» (آل عمران: ۱۳۰).

در کنار همه این‌ها رعایت عفت و حجاب از پایه‌های حفظ جامعه ایمانی است: «وَقُلْ لِّلْمُؤْمِنَاتِ يَغْضُضْنَ مِنْ أَبْصَرِهِنَّ وَيَحْفَظْنَ فُرُوجَهُنَّ وَلَا يُبْدِينَ زِينَتَهُنَّ إِلَّا مَا ظَهَرَ مِنْهَا وَلْيَضْرِبْنَ بِخُمُرِهِنَّ عَلَىٰ جُيُوبِهِنَّ» (نور: ۳۱).

آری، این جامعه‌ای که در آن، همه دست در دست یکدیگر دارند شایسته نصرت الهی است.

## همه برادریم

﴿إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ إِخْوَةٌ  
فَأَصْلِحُوا بَيْنَ أَخْوَيْكُمْ﴾

حجرات (۱۰)

«مؤمنان برادر هم‌اند. پس، اگر به  
اختلاف خوردند، آشتی‌شان دهید.»



خودش خبر ندارد، ولی روز قیامت برای همین  
«صلوات بفرستید»ها و «آقا، زشت است به  
خدا»ها و «سروروی هم را ببوسید»ها پای  
پرونده‌اش را امضا می‌کنند. خودش فکرش  
را هم نمی‌کند، ولی خدا یک روز برای همین  
اخلاق آشتی‌کنانش، با او آشتی می‌کند و از  
خرده حساب‌هایش می‌گذرد.





## حواست به شیشه دلشان باشد

﴿وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا... فَلَا  
تَقُلْ لَهُمَا أَفٍّ وَلَا تَنْهَرُهُمَا  
وَقُلْ لَهُمَا قَوْلًا كَرِيمًا﴾

اسراء ﴿۴۳﴾



«و به پدر و مادر نیکی کن... و حتی یک "آه" به آنان نگو و بر آنان [بانگ مزین و] پرخاش مکن، و به آنان سخنی نرم و شایسته [و بزرگوارانه] بگو.»

بابا و مامانت حتی اگر قوی‌ترین آدم‌های  
دنیا باشند، باز با یک اخم تو می‌شکنند.  
موقع حرف زدن با آنان بهترین کلمه‌های  
دنیا را خرج کن؛ شبیه آهنگ‌سازی که  
تک‌تک نت‌های موسیقی‌اش را با وسواس  
انتخاب می‌کند.



## چطور برای مامان و بابا دعا کنم؟

﴿رَبَّنَا اغْفِرْ لِي وَلِوَالِدَيَّ  
وَلِلْمُؤْمِنِينَ يَوْمَ يَقُومُ الْحِسَابُ﴾

ابراهیم 

«[ابراهیم این طور دعا کرد:]: خدایا،  
در روز برپایی حساب و کتاب، مرا و پدر  
و مادرم و همه مؤمنان را ببامرز.»

یادم باشد این دفعه کنار دعا برای پادرد  
مامان و دیابت بابا، برای «آن روز» هم دعا  
کنم که وسط آن همه آدم آبرویشان نرود، که  
جلو فامیل‌ها و دوستان خجالت نکنند، که  
خدا پرونده‌شان را با ارفاق تصحیح کند. یادم  
باشد این دفعه برای بهشتی شدن مامان و  
بابا هم دعا کنم.



## وقت یکی شدن

﴿وَأَعْتَصِمُوا بِحَبْلِ اللَّهِ  
جَمِيعًا وَلَا تَفَرَّقُوا﴾

آل عمران ﴿۱۳﴾

«و همگی به ریسمان خدا چنگ  
بزنید و پراکنده نشوید.»

برای کسی که قبله اولمان را به آتش می‌کشد،  
فرقی نمی‌کند که ما با دست باز نماز بخوانیم  
یا دست بسته، که سر روی مُهر بگذاریم یا روی  
فرش، که سوره‌های نماز را با آمین تمام کنیم  
یا بدون آن. برای دشمن همه ما مسلمانیم و  
به یک اندازه سزاوار دشمنی. پس، چرا ما در  
دوستی پراکنده باشیم؟ چرا برای ایستادگی  
در برابر دشمن یکدل نباشیم؟



## با هم فکر کنیم

﴿وَأَمْرُهُمْ شُورَى بَيْنَهُمْ﴾

شوری 



«[آنچه نزد خداست از خوشی‌های زودگذر دنیا بهتر است، اما مخصوص کسانی است که] کارهایشان را با مشورت پیش می‌برند.»



اسطوره‌ها فقط با دریل زدن اسطوره نمی‌شوند. مارادونا و زیدان و مسی و رونالدو همان قدر که گل زده‌اند، موقعیت گل ساخته‌اند؛ چون می‌دانند که اسطوره‌ها با تیم‌هایشان است که اسطوره می‌شوند. پس، این قدر به خودت نناز و از جماعت دور نیفت که آخرش پشیمان می‌شوی.





## با هم برای خدا

﴿وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوَىٰ وَلَا  
تَعَاوَنُوا عَلَى الْإِثْمِ وَالْعُدْوَانِ﴾

مائده ﴿۲﴾



«در کارهای خوب و رعایت حقوق  
دیگران و تقوا به همدیگر کمک کنید  
و در سهل انگاری و تجاوز به حقوق  
دیگران، به همدیگر کمک نکنید.»

خوشا مرام بچه‌محل‌های پاکار؛ همان‌ها  
که وقت چراغانی نیمه‌شعبان و ایستگاه  
صلواتی محرم و هم زدن دیگ سمنوی نذری  
پای کارند؛ همان جوان‌های شوخ‌وشنگی  
که شانه‌به‌شانه هم عرق می‌ریزند و هوای  
فقرای محله را دارند و همه چیز را با همت  
بلندشان می‌گردانند.





## برنده‌ها

﴿إِلَّا الَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَمِلُوا  
الصَّالِحَاتِ وَتَوَاصَوْا بِالْحَقِّ  
وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ﴾

عصر ۳



«همه انسان‌ها سرمایه عمرشان را می‌بازند،  
مگر آدم‌هایی که مؤمن و نیکوکار بشوند  
و همدیگر را به طرف‌داری از حق و صبوری  
سفرارش کنند.»



تعارف که نداریم: با حساب و کتاب‌های  
دنیا، شهید بازنده واقعی است؛ اما  
خدا حساب و کتاب دیگری دارد. از آن بالا  
که به زمین نگاه کنی، همه‌مان زندگی را  
به دویدن‌ها و نرسیدن‌های هرروزه، به  
چرخیدن در اینستاگرام، به کشتن عمر در  
واگن‌های مترو باخته‌ایم. برنده‌ها از آن بالا  
طور دیگری انتخاب می‌شوند.



## یک قدم جلوتر برو

﴿هَلْ جَزَاءُ الْإِحْسَنِ

إِلَّا الْإِحْسَانُ﴾

رحمان ﴿۶۰﴾

«جواب خوبی جز خوبی است؟»

سلام خشک و خالی را با سلام و لبخند جواب  
بده؛ لبخند خشک و خالی را با احوالپرسی  
گرم جواب بده؛ احوالپرسی خشک و خالی را  
با احوالپرسی و آغوش جواب بده. همیشه  
چیزی به خوبی طرف مقابلت اضافه کن.  
همیشه یک قدم از او جلوتر برو تا جواب  
خوبی را واقعاً با «خوبی» داده باشی.





**آدم‌ها بنده زبان خوش‌اند**

﴿وَقُولُوا لِلنَّاسِ حُسْنًا﴾

بقره ۸۳



«با مردم به زبان خوش حرف بزنید.»



به حاضر جوابی اش افتخار می کرد. می گفت یک جوری در لحظه آدم ها را با حرف هایم له و لورده می کنم که جرئت در افتادن با مرا نداشته باشند. می گفت با این چیزها برای خودم احترام می خرم. از قاعده های خدا اما بی خبر بود: عشق و ابهت و احترام نصیب آدم هایی می شود که بنده های خدا از زبان شان در امان باشند و لب شان از خنده و چشم هایشان از مهربانی بدرخشد.

## وای بر غرغروها

﴿وَيْلٌ لِّكُلِّ هُمَزَةٍ لُّمَزَةٍ﴾

همزه

«وای بر هرکه کارش عیب جویی  
و زخم زبان است.»

وای بر آن که در عروسی از غذای تالار بد  
می‌گوید و در عزا از صدای مداح، در تاکسی از  
قیمت دلار می‌نالند و در مهمانی از کسادی بازار؛  
وای بر آن که موقع دیدن آدم‌ها اول چاقی و  
لاغری‌شان را سوژه می‌کند و بعد با آنان سلام و  
احوال‌پرسی می‌کند. وای بر همیشه‌ناراضی‌های  
عقل‌کل. وای بر غرغروهای همیشگی.

## گوشت برادر مرده میل دارید؟!

﴿وَلَا يَغْتَب بَّعْضُكُم بَعْضًا  
أَيُّبُّ أَحَدُكُمْ أَنْ يَأْكُلَ  
لَحْمَ أَخِيهِ مَيْتًا فَكَرِهْتُمُوهُ﴾

حجرات ﴿۱۲﴾

«غیبت همدیگر را نکنید. آیا هیچ یک از شما دوست دارد گوشت برادر مرده اش را بخورد؟ معلوم است که از آن متنفرید.»

در قرآن هزار جور آیه درباره معصیت‌ها داریم؛  
اما خدا درباره هیچ گناهی این‌طور حرف نزده  
است. تا دلت بخواهد از جهنم و آتش و غضب  
الهی گفته، اما هیچ‌گاه سراغ چنین تصویر  
تکان‌دهنده‌ای نرفته است. ما چقدر این گناه  
بزرگ را جدی می‌گیریم؟ ما چقدر موقع چشم  
و ابرو آمدن پشت سر کسی، به این تصویر  
هولناک فکر می‌کنیم؟



## آخرت مال چه کسانی است؟

﴿تِلْكَ الدَّارُ الْآخِرَةُ نَجْعَلُهَا لِلَّذِينَ لَا يُرِيدُونَ عُلُوًّا فِي الْأَرْضِ وَلَا فَسَادًا وَالْعَاقِبَةُ لِلْمُتَّقِينَ﴾

قصص ۸۳



«[سرای آخرت نصیب کسانی است که] در جامعه نه می‌خواهند برتری جویی و قلدری کنند و نه فساد و خراب‌کاری. عاقبت نیک هم برای خودمراقبان است.»

آن دنیا مال کسانی است که اینجا موقع  
حرف زدن صدایشان را بالا نبرند، بیخودی  
به هر مناسبتی از خودشان تعریف نکردند  
و برای یک میز بالاتر، صندلی را از زیر پای  
بقیه نکشیدند؛ آن دنیا مال کسانی است که  
خاکی و باصفا و خودمانی بودند؛ که بیشتر  
از همه ثمر و میوه دادند، اما با شاخه‌های  
خمیده و افتاده.





**جلو پای چه کسی  
بلند می‌شوی؟**

﴿إِنَّ أَكْرَمَكُمْ  
عِنْدَ اللَّهِ أَتَقَدُّكُمْ﴾

حجرات ۱۳

«محترم‌ترین شما پیش خدا  
باتقواترین شماست.»



در محل کار به پای چه کسی بلند می‌شوی؟ در  
اتوبوس صندلی‌ات را به چه کسی می‌دهی؟  
در پیاده‌رو به کدام عابر غریبه لبخند می‌زنی؟  
احترام بزرگ‌ترها که واجب است، اما پس از  
بزرگ‌ترها احترام چه کسی را بیشتر از همه نگه  
می‌داری؟ خدا که تکلیفش را در آیه سیزده  
سوره حجرات روشن کرده است. تو چی؟  
تکلیف همین قدر روشن است؟



## هم سفره‌های نامرئی

﴿وَيُطْعَمُونَ الطَّعَامَ عَلَىٰ حُبِّهِ  
مِسْكِينًا وَيَتِيمًا وَأَسِيرًا﴾

انسان 

«بندگان خوب خدا غذای خود را با آنکه  
دوستش دارند و به شدت نیازمندش  
هستند، به فقیر و یتیم و اسیر می‌دهند.»

بشقاب‌ها را که چیدی، پارچ آب را که روی  
سفره گذاشتی، دیس غذا را که آوردی،  
چشم بچرخان و دور تا دور سفره را نگاه کن.  
جای کسی خالی نیست؟ همان‌ها که خدا  
گفته است در مال تو حقی معلوم دارند؛  
همان‌ها که مهمان همیشگی خانه‌های علی  
و آل علی علیهم‌السلام بودند.





## با دوست داشتنی‌هایت چه می‌کنی؟

﴿لَنْ تَنَالُوا الْبِرَّ حَتَّىٰ  
تُنْفِقُوا مِمَّا تُحِبُّونَ﴾

آل عمران ﴿۹۲﴾



«هرگز به [حقیقتِ] نیکی [به طور کامل]  
نمی‌رسید تا از چیزهای دوست‌داشتنی‌تان  
در راه خدا هزینه کنید.»

کوچک شروع کن. مثلاً از بخشیدن ته‌دیگ  
سیب‌زمینی‌ات، یا تقسیم کردن گل‌هندوانه‌ای  
که خودت انتخاب کرده‌ای، یا دادن صندلی  
اتوبوست به آدمی که خستگی از سرورویش  
می‌بارد. کوچک شروع کن تا برای فداکاری‌های  
بزرگ‌تر هم آماده باشی.



## با خدا معامله کن

﴿مَنْ ذَا الَّذِي يُقْرِضُ اللَّهَ  
قَرْضًا حَسَنًا فَيُضْعِفُهُ  
لَهُ وَأُضْعَافًا كَثِيرَةً﴾

بقره ﴿۲۴۵﴾

«چه کسی حاضر است به خدا [با اهدای  
جان و مالش] قرض نیکویی دهد تا خداوند  
آن را برای او چندین برابر کند؟»

کدام صندوق بازنشستگی توان جبران آن جوانی ازدست‌رفته را دارد؟ کدام بیمه خسارت عمر خرج‌شده را تلافی می‌کند؟ کدام بانک سرمایه‌های زندگی‌ات را چند برابر به خودت برمی‌گرداند؟ با کسی معامله کن که قدر و قیمت جانت را بدانند. به کسی قرض بده که تمام خزانه‌های جهان زیر دست قدرتش باشد.





کم نگذار

﴿وَيْلٌ لِّلْمُطَفِّفِينَ﴾

مطففین ۱



«وای به حال کم فروش ها!»



وای به حال آن که موقع کارهای اداری از کم کاری کارمندها می نالد، اما در ساعت های کاری، خودش مدام در گوشی است؛ وای به حال آن که دائم به استادهایش انتقاد دارد، اما کلاس های دانشگاه را یکی در میان می پیچاند؛ وای به حال آن که همه جور توقعی از همسر و بچه هایش دارد، اما برای وقت گذراندن با آن ها وقت ندارد؛ وای بر کم فروش ها، در هر جا که باشند و به هر کاری که مشغول!



## سود خدایی بهتر است

﴿بَقِيَّتُ اللَّهِ خَيْرٌ لَّكُمْ  
إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ﴾

هود (۸۶)

«[پیمانه و ترازویتان را درست کنید و از حق مردم چیزی کم نگذارید.] اگر واقعاً ایمان دارید، سود حلال و منصفانه‌ای که خدا باقی می‌گذارد برایتان بهتر است.»

بعضی وقت‌ها وسط حساب و کتاب‌هایمان یادمان می‌رود این یک مورد را هم وارد ماشین حساب کنیم: سود و منفعت‌های خدایی یا به قول باباها «یک لقمه نان حلال» برکت دارد. هزار تومان‌شان قد صد هزار تومان کار می‌کند، خرج خوشی و عافیت می‌شوند و آدم را عاقبت به خیر می‌کنند. برای چند لقمه بیشتر، خودمان را از «برکت» محروم نکنیم.

## مراقب لقمهات باش

﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا  
لَا تَأْكُلُوا أَمْوَالَكُمْ  
بِغْيًا﴾

آل عمران ﴿۱۳۰﴾

«ای اهل ایمان، ربا نخورید.»

پدرهایشان این جمله‌ها را نادیده گرفتند که بچه‌هایشان آن‌طور از آب درآمدند. خیال می‌کردند یک لقمه حرام که به جایی بر نمی‌خورد؛ می‌خوریم و به روی خودمان نمی‌آوریم و دوروز بعد فراموش می‌شود. نمی‌دانستند که روح آدمیزاد فراموش نمی‌کند؛ نمی‌دانستند که یک روز همین بچه‌ها، با این شکم‌های پرشده از حرام، سر نواده رسول خدا را روی نیزه می‌برند.

## چند قانون ساده برای پاک زیستن

﴿وَقُلْ لِلْمُؤْمِنَاتِ يَغْضُضْنَ مِنْ أَبْصَرِهِنَّ  
وَيَحْفَظْنَ فُرُوجَهُنَّ وَلَا يُبْدِينَ زِينَتَهُنَّ إِلَّا مَا  
ظَهَرَ مِنْهَا وَلْيَضْرِبْنَ بِخُمُرِهِنَّ عَلَىٰ جُيُوبِهِنَّ﴾

نور (۳۱)

«به بانوان باایمان هم دستور بده چشم چرانی نکنند و شرمگاهشان را از نگاه دیگران بپوشانند و جز آنچه به خودی خود پیداست، زیور و آرایش خودشان را به نمایش نگذارند و با روسری‌ها و مقنعه‌هایشان گردن خود را هم بپوشانند.»

می‌توانی این جمله‌ها را این‌طور هم بفهمی  
که خدا واقعاً ما موجودات دوپا را بهتر از  
خودمان می‌شناسد، که می‌داند اگر دست  
خودمان باشد، تا ته جهنم می‌رویم، که  
از وسوسه‌های درونی همه ما آگاه است.  
قواعدی وضع می‌کند؛ چون ما را دوست دارد  
و خیر و صلاحمان را می‌خواهد. قانون‌هایی  
می‌گذارد؛ چون می‌خواهد ما خوب و پاک  
زندگی کنیم.



# و بدان که آخرتی ابدی در پیش داری





خورشید کم کم به افق نزدیک می شود، سایه ها بلندتر می شوند و روز رو به پایان است. هرچند برای بسیاری، این تنها یک غروب معمولی است، حقیقتی بزرگ را به یاد می آورد: این دنیا نیز روزی به پایان خواهد رسید. قرآن کریم این دنیا را ﴿وَمَا هَذِهِ الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلَّا لَهُوٌّ وَلَعِبٌ وَإِنَّ الدَّارَ الْآخِرَةَ لَهِيَ الْحَيَوَانُ لَوْ كَانُوا يَعْلَمُونَ﴾ (عنکبوت: ۶۴) می خواند؛ بازیچه ای که تنها برای گذران وقت نیست، بلکه مزرعه ای است که محصول آن را در آخرت درو خواهیم کرد.

هیچ کس از این قاعده مستثنا نیست. هر انسانی روزی طعم مرگ را خواهد چشید:

﴿كُلُّ نَفْسٍ ذَائِقَةُ الْمَوْتِ﴾ (آل عمران: ۱۸۵)؛  
 انبیاء: ۳۵). تفاوت، تنها در چگونگی عبور  
 از این مرحله است. برخی مرگ را وحشتناک  
 می‌بینند، اما برای مؤمنی که در این دنیا  
 خود را ساخته و با ایمان و عمل صالح  
 زیسته مرگ آغاز رهایی و آرامش است:  
 ﴿يَأْتِيهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ أَرْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكَ  
 رَاضِيَةً مَّرْضِيَّةً﴾ (فجر: ۲۷-۲۸).

اما این پایان نیست، بلکه آغازی دیگر  
 است؛ آغازی که در آن، همه چیز سنجیده  
 می‌شود، حتی کوچک‌ترین اعمال: ﴿فَمَنْ  
 يَعْمَلْ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ خَيْرًا يَرَهُ وَمَنْ يَعْمَلْ مِثْقَالَ  
 ذَرَّةٍ شَرًّا يَرَهُ﴾ (زلزال: ۷-۸). در آن روز، دیگر  
 توجیهی پذیرفته نیست؛ دیگر نمی‌توان  
 چیزی را پنهان کرد. پرونده هر کس، با تمام  
 جزئیات، گشوده خواهد شد.

پس، اگر این دنیا تنها گذرگاهی برای سرای دیگر است، آیا وقت آن نرسیده است که مسیر خود را اصلاح کنیم؟ آیا نباید برای آن روزی که حسابرسی دقیق در پیش است، آماده شویم؟ خوشا به حال کسانی که آخرت را از یاد نمی‌برند و برای آن توشه برمی‌دارند؛ زیرا آنان وقتی چشم بر این دنیا می‌بندند، دروازه‌ای از رحمت به رویشان گشوده خواهد شد. خوشا به حال شهدا که نمردند:

﴿وَلَا تَحْسَبَنَّ الَّذِينَ قُتِلُوا فِي سَبِيلِ اللَّهِ أَمْوَاتًا بَلْ أَحْيَاءٌ عِنْدَ رَبِّهِمْ يُرْزَقُونَ﴾ (آل عمران: ۱۶۹).

## گول شهربازی را نخور

﴿وَمَا هَذِهِ الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلَّا لَهُوٌ  
وَلَعِبٌ وَإِنَّ الدَّارَ الْآخِرَةَ لَهِيَ  
الْحَيَاةُ لَوْ كَانُوا يَعْلَمُونَ﴾

عنكبوت ﴿٦٤﴾

«این زندگی دنیا جز سرگرمی و بازیچه  
نیست، و زندگی سرای آخرت است که زندگی  
واقعی است.»

شبيه بچه‌اي كه زل زده به چراغ‌هاي رنگارنگ  
چرخ و فلک، كه دلش غنچ مي‌رود براي يك  
دور ديگر تاب‌بازي، كه دوست ندارد با پدر  
و مادرش به خانه برگردد، بدجوري گرفتار  
شهربازي دنيا شده‌ايم و حواسمان نيست.  
باور نمي‌كني؟ تعداد سال‌هاي عمرت را ضرب  
در ۳۶۵ كن و حساب كن با اين چند هزار روز  
براي آخرت چه كرده‌اي؟





تو هم طعمش را خواهی چشید

﴿كُلُّ نَفْسٍ ذَائِقَةُ الْمَوْتِ﴾

انبیاء ﴿۳۵﴾



((سرانجام، هر کسی طعم مرگ را می چشد.))

فرعون در اهرام ثلاثه مومیایی شد، خاکستر  
شهید اول در دل باد گم شد و تو یک روز در  
قبرستان کوچک یا بزرگ بیرون از شهرت خاک  
خواهی شد. گاهی برای پند گرفتن کافی  
است به همین فکر کنیم که مرگ اگرچه  
هزارویک چهره دارد، سرانجام برای همه ما  
از راه خواهد رسید.

## جان به آرامش رسیده

﴿يَأْتِيهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ أَرْجِعِي  
إِلَىٰ رَبِّكَ رَاضِيَةً مَّرْضِيَةً﴾

فجر (۴۷) - (۴۸)

«[خدا انسان مؤمن را این طور صدا می‌زند: ای جان به آرامش رسیده! پیش صاحب‌اختیارت برگرد: تو از او راضی هستی و او هم از تو راضی است.]»



تصویرهای اطراف که تار و محو شدند،  
صداهاى دوروبر که کم‌رنگ و گنگ شدند،  
دوست داری چی ببینی؟ دوست داری چطور  
صدایت بزنند؟ بعضی‌ها را دم مرگ از آن بالا  
این‌طور صدا می‌زنند: «آخیش! راحت شدی.  
... حالا بیا پیش خودم.»

**ذره‌ها سراغت را خواهند گرفت**  
 ﴿فَمَنْ يَعْمَلْ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ خَيْرًا يَرَهُ﴾  
 ﴿وَمَنْ يَعْمَلْ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ شَرًّا يَرَهُ﴾

زلزال (۷-۸)

«در روز حساب، هرکه به اندازه ذره‌ای خوبی کرده باشد آن را می‌بیند و هرکه هم به اندازه ذره‌ای بدی کرده باشد آن را می‌بیند.»

آن نانی که در نانوائی به غریبه درصاف مانده  
دادی، آن بوسه‌ای که بی‌هوا به دست‌های  
مادر زدی، آن کفش‌هایی که دور از چشم‌های  
بقیه جلو حسینیه جفت کردی، یک روز به  
سراغت خواهند آمد؛ درست مثل آن اخمی  
که به غریبه‌ای در صاف نانوائی کردی و آن  
جواب تندی که به مادر دادی و آن کفش‌هایی  
که با بی‌دقتی جلو حسینیه لگد کردی.



## مرا آن طور بمیران که زنده بمانم

﴿وَلَا تَحْسَبَنَّ الَّذِينَ قُتِلُوا فِي  
سَبِيلِ اللَّهِ أَمْوَاتًا بَلْ أَحْيَاءُ  
عِنْدَ رَبِّهِمْ يُرْزَقُونَ﴾

آل عمران ﴿١٦٩﴾



«هیچ وقت خیال نکن کسانی که در راه  
خدا شهید شده‌اند مرده‌اند، بلکه به طور  
ویژه زنده‌اند و در حضور خدا به آنان روزی  
مخصوص می‌دهند.»



به تو پناه می‌برم از مُردن به دلیل گیر کردن  
لقمه در گلو، از جان دادن وسط ماشینی  
که کنار اتوبان مچاله شده، از قطره قطره  
آب شدن زیر سرُم‌ها و شلنگ‌ها؛ به تو پناه  
می‌برم از مرگ‌های بی‌هوا و بی‌شکوه. مرا  
آن‌طور بمیران که تو دوست داری؛ مرا آن‌طور  
بمیران که زنده بمانم.

