

بیش از ۱۰۰۰ سنت در شبانه‌روز

نویسنده:

خالد الحسینان

مترجم:

دکتر حسین تاجی گلهداری

این کتاب از سایت کتابخانه
عقیده دانلود شده است.

www.aqeedeh.com

book@aqeedeh.com

آدرس
ایمیل:

سایت‌های مفید

www.aqeedeh.com

www.islamtxt.com

www.ahlesonnat.com

www.isl.org.uk

www.islamtape.com

www.blestfamily.com

www.islamworldnews.com

www.islamage.com

www.islamwebpedia.com

www.islampp.com

www.videofarda.com

www.nourtv.net

www.sadaiislam.com

www.islamhouse.com

www.bidary.net

www.tabesh.net

www.farsi.sunnionline.us

www.sunni-news.net

www.mohtadeen.com

www.ijtehadat.com

www.islam411.com

شناسنامه کتاب

نام کتاب: بیش از هزار سنت در شبانه روز

مؤلف: خالد الحسینان

مترجم: دکتر حسین ناجی گله‌داری

تاریخ چاپ: شعبان ۱۴۲۶ ه. ق

برابر با: مهرماه ۱۳۸۳ ه. ش

نوبت چاپ: اول

تیراژ: ۲۰۰۰

حق چاپ محفوظ است

فهرست

..... ۱	فهرست
..... ۳	فواید عمل نمودن به سنت
..... ۴	سنت‌های بیدارشدن از خواب
..... ۴	سنت‌های ورود و خروج از توالت (دستشوئی)
..... ۴	سنت‌های وضو
..... ۵	فایده و نتیجه انجام دادن این سنتها هنگام وضو
..... ۶	مسواک
..... ۶	سنت‌های کفش پوشیدن
..... ۷	سنت‌های لباس
..... ۷	سنت‌های وارد و خارج شدن از منزل
..... ۸	سنت‌های رفتن به مسجد
..... ۹	سنت‌های اذان
..... ۹	سنت‌های اقامه
..... ۱۰	بسوی ستره نماز خواندن
..... ۱۰	مسائلی پیرامون ستره
..... ۱۱	نمازهای نافله در شبانه‌روز
..... ۱۱	سنت‌های نماز شب (قیام)
..... ۱۲	اسباب کمک‌کننده برای قیام شب
..... ۱۲	وتر و سنت‌هایش
..... ۱۲	سنت صبح
..... ۱۲	نشستن بعد از نماز صبح
..... ۱۲	سنت‌های قولی (خواندنی) نماز
..... ۱۴	سنت‌های عملی نماز
..... ۱۵	سنت‌های سجود
..... ۱۵	سنت‌های میان دو سجده
..... ۱۵	جلسه استراحت
..... ۱۵	سنت‌های تشهد آخری
..... ۱۶	سنت‌های بعد از نمازهای فرض
..... ۱۷	سنت‌هایی که در صبح و شام گفته می‌شود
..... ۲۰	سنت‌های ملاقات با مردم
..... ۲۱	سنت‌های غذا خوردن
..... ۲۲	سنت‌های نوشیدن
..... ۲۲	ادا نمودن نمازهای سنت در منزل
..... ۲۳	سنت و آداب برخاستن از مجلس
..... ۲۳	نیت و قصد خوب و نیک داشتن

.....۲۴.....	غنیمت شمردن یک وقت برای چندین عبادت
.....۲۴.....	در هر حال خدا را یادکردن
.....۲۵.....	در نعمتهای الهی تفکر نمودن
.....۲۵.....	هر ماه قرآن را ختم کردن
.....۲۶.....	سنتهای قبل از خواب
.....۲۷.....	خاتمه

بسم الله الرحمن الرحيم

حمد و سپاس براي خداوندي که مهربان و آمرزنده است، بخشنده و قادر است، گرداننده دلها و چشمها است، آگاه به آشکار و پنهان است، سپاس مي‌گويم او را هر صبح و شام، و گواهي مي‌دهم که نيست معبودي بحق بجز اله واحد که هيچ شريکي ندارد، گواهي که سبب نجات گوينده‌اش از آتش جهنم باشد، و گواهي مي‌دهم که محمد -صلی الله عليه وسلم- فرستاده و برگزيده اوست.

درود سلام خداوند بر او و خاندان و همسران و يارانش باد.

و بعد ...

مهمترين چيزي که بايد مسلمان در زندگي روزمره خودش به آن اهتمام بدهد همانا عمل کردن به سنت رسول الله -صلی الله عليه وسلم- در تمام حرکت و سکن و گفتار و کردار مي‌باشد بطوري که تمام زندگي خودش از صبح تا شب بر طبق روش و سنت رسول الله -صلی الله عليه وسلم- برنامه‌ريزي بکند.

ذوالنون مصري مي‌گويد: از نشانه‌هاي محبت خداوند، پيروي از محبوب خداوند رسول الله -صلی الله عليه وسلم- مي‌باشد که در اخلاق و افعال و دستورات و سنت از وي متابعت و پيروي نمايد.

خداوند مي‌فرمايد:

(قُلْ إِنْ كُنْتُمْ تُحِبُّونَ اللَّهَ فَاتَّبِعُونِي يُحْبِبْكُمُ اللَّهُ وَيَغْفِرْ لَكُمْ ذُنُوبَكُمْ وَاللَّهُ غَفُورٌ رَحِيمٌ) (آل عمران: ۳۱).

حسن بصري مي‌گويد: پيروي سنت رسول الله -صلی الله عليه وسلم- نشانه محبتشان به خداوند است. و همانا مقام و منزلت مؤمن را بر اساس اتباع و پيروي از رسول الله -صلی الله عليه وسلم- شناخته مي‌شود. پس هر چند بيشتر سنت رسول الله را در زندگي خودش پياده کند درجه و مقامش نزد خداوند بالاتر و گرامي‌تر است. اينجانب به خاطر زنده نمودن سنت رسول الله در زندگي روزمره مسلمانان از (عبادت، خواب، خوردن و نوشيدن، برخورد با مردم، پاکيزگي و طهارت، ورود و خروج و نحوه لباس پوشيدن و غيره...) جمع‌آوري و تأليف نمودم.

اي عزيز بياندیش، اگر يکي از ماها مبلغی پول را گم نمايد چگونه ناراحت و غمگين مي‌شويم، و براي يافتن آن جستجو و کوشش مي‌نمائيم، ولي چقدر سنت در زندگي ما افتاده، آيا براي جامه عمل پوشاندن به آن تلاش نموده‌ايم؟! بزرگترين مصيبي که در زندگي با آن روبرو هستيم اينست که ما براي درهم و دينار بيشتر احترام قائل هستيم تا سنت رسول الله -صلی الله عليه وسلم-، اگر به مردم گفته شود هر که به سنت عمل نمايد به او مبلغی پول داده مي‌شود، در اين صورت مي‌بينی که مردم براي عمل به سنت و پياده کردن آن در تمام امور زندگي خودشان کوشش مي‌کنند. زيرا که در ازاي عمل به هر سنت مبلغی مال دريافت مي‌نمايند، مال به چه سود تو مي‌آيد هنگامی در قبرت گذاشته مي‌شوی، و بر روي تو خاک ريخته مي‌شود. خداوند مي‌فرمايد:

(بَلْ تُؤْتُونَ الْحَيَاةَ الدُّنْيَا * وَالْآخِرَةَ خَيْرٌ وَأَبْقَى) (الأعلى: ۱۶-۱۷).

هدف ما از سنت در اين جزوه: آن سنتي است که انجام‌دهنده آن پاداش مي‌گيرد و ترک‌کننده آن مجازات نمي‌شود، و شامل آن اموري است که در شبانه‌روز تکرار مي‌شود و هر کدام از ما مي‌تواند به آنها عمل نمايد. يقيناً من دريافتم که هر شخص اگر براي انجام دادن سنتهاي روزمره کوشش نمايد بدون شک مي‌تواند بيش از هزار سنت در تمام شئون زندگي خود عمل نمايد، و اين جزوه، نیز آسان‌ترين وسيله براي بيان کردن چگونگي تطبيق اين سنتهاي روزمره که بيش از هزار سنت است، مي‌باشد در نتيجه اگر شخص مسلمان کوشش کند در شبانه‌روز به هزار سنت عمل نمايد در یک ماه ۳۰ هزار سنت مي‌باشد، پس بنگر به آن افراي که اين سنتها را نمي‌دانند و يا اينکه مي‌دانند ولي به آن عمل نمي‌کنند، چقدر مقام و منزلت و نيکي‌ها را از دست داده‌اند، حقا که او شخص محرومي است.

فوايد عمل نمودن به سنت

(۱) رسيدن به مقام محبت الهي و محبوب خداوند عزوجل گرديدن.

- (۳) از واقع شدن در بدعت حفاظت می‌کند.
(۴) از بزرگداشت و تعظیم شعائر الله شمرده می‌شود.

سنت‌های بیدار شدن از خواب

- ۱- زدودن آثار خواب از صورت، با کشیدن دست به صورت
امام نووی و ابن حجر به مستحب بودن آن تصریح نموده‌اند بدلیل حدیث: «رسول الله -صلی الله علیه وسلم- از خواب بیدار شدند آنگاه نشستند و با دستان خود آثار خواب را از چهره خودشان زدودند» (صحیح مسلم).
۲- خواندن: «**الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي أَحْيَانَا بَعْدَ مَا أَمَاتَنَا وَإِلَيْهِ النُّشُورُ**». (رواه مسلم).
۳- مسواک: حضرت رسول الله -صلی الله علیه وسلم- هنگامی که در شب از خواب بیدار می‌شدند دهان خود را با مسواک تمیز می‌نمودند. (متفق علیه).
۴- تمیز کردن بینی: رسول الله -صلی الله علیه وسلم- فرمود: هنگامی که یکی از شما از خواب بیدار شد، باید که ۳ بار آب در بینی بکند، زیرا که شیطان در آن شب گذرانده است. (متفق علیه).
۵- دستن را ۳ بار شستن: رسول الله -صلی الله علیه وسلم- فرمود: هرگاه یکی از شما از خواب بیدار شد پس هرگز دست خود را در ظرف آب فرو نبرد تا اینکه آن را ۳ بار بشوید. (متفق علیه).

سنت‌های ورود و خروج از توالت (دستشویی)

- ۱ - وارد شدن با پای چپ و بیرون شدن با پای راست.
۲ - دعای داخل شدن: «**اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْخُبْثِ وَالْخَبَائِثِ**». (متفق علیه).
۳ - دعای بیرون شدن: «**عُفْرَانِكَ**».
هر انسانی در شبانه‌روز چندین بار به دستشویی می‌رود. در هنگام رفتن و بیرون شدن اگر ما به این سنت عمل کنیم، دو سنت در هنگام دخول و دو سنت در هنگام خروج انجام داده‌ایم.
الْخُبْثِ وَالْخَبَائِثِ: شیاطین نر و ماده، از آنها پناه خواسته تا اینکه خداوند او را از شرشان محفوظ بدارد، زیرا که دستشویی (حمام و توالت) جای سکونت آنهاست.

سنت‌های وضو

- ۱ - بسم الله گفتن.
۲ - شستن دو کف دست ۳ مرتبه در آغاز وضو.
۳ - آب در دهان و بینی کردن قبل از شستن صورت.
۴ - با دست چپ بینی را پاک نمودن بدلیل حدیث: «آنگاه حضرت -صلی الله علیه وسلم- ۳ بار دو کف دستش را شست، سپس دهان و بینی خود را پاک نمود، سپس چهره‌اش را ۳ بار شست ...».
۵ - دهان و بینی را خوب تمیز نمودن، و مبالغت نمودن در آن برای کسی که روزه‌دار نباشد. بدلیل حدیث: «در مضمضه (آب در دهان) و استنشاق (آب در بینی) مبالغه کن، بجز در صورتی که روزه‌دار باشی ...». (أَخْرَجَهُ الْأَرْبَعَةُ).
معنای مبالغت در مضمضه: یعنی آب را به اطراف دهان چرخاندن.
و معنای مبالغه در استنشاق: یعنی آب را در بینی بکند و بالا بکشد.

- ۶ - با یک کف دست مضمضه و استنشاق نمودن، بطوری که میان آنها فاصله‌ای نباشد. بدلیل حدیث: «پس آب را برداشت و با یک کف دست مضمضه و استنشاق نمود». (متفق علیه).
- ۷ - مسواک زدن؛ و وقت آن هنگام هر شستن دهان (مضمضه) می‌باشد. بدلیل حدیث: «اگر بر اتم سخت نمی‌شد هرآنینه به آنها امر می‌کردم که هنگام هر وضو مسواک بزنند». (رواه احمد والنسائی).
- ۸ - خلال کردن ریش پریش (انبوه). رسول الله -صلی الله علیه وسلم- هنگام وضو گرفتن ریش خودشان را خلال می‌کردن. (أخرجه الترمذی).
- ۹ - مسح سر.
- کیفیت مسح سر:** از جلو سرش آغاز نماید تا به آخر سرش برسد سپس به جلوی سرش برگردد. اما مسح واجب همان مسح کردن تمام سر می‌باشد به هرکیفیتی که مسح نماید. در حدیث آمده: «رسول الله -صلی الله علیه وسلم- سر خود را با دستش مسح نمود، دستان خود را به جلو و عقب برد». (متفق علیه).
- ۱۰ - خلال کردن انگشتان دست و پا. بدلیل حدیث: «وضو را کامل بگیر و میان انگشتان خلال کن». (أخرجه الأربعة).
- ۱۱ - آغاز از سمت راست، یعنی شروع نمودن از سمت راست برای شستن دست و پا، بدلیل حدیث: «پیامبر -صلی الله علیه وسلم- در کفش پوشیدن و ... پاکیزگی (وضو و غسل) آغاز از راست را می‌پسندیدند». (متفق علیه).
- ۱۲ - بیش از یک بار شستن، یعنی شستن صورت و دست و پا تا ۳ مرتبه.
- ۱۳ - گفتن شهادتین بعد از فارغ شدن از وضو. چنین بگوید: **«أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، وَأَشْهَدُ أَنَّ مُحَمَّدًا عَبْدُهُ وَرَسُولُهُ»**.
- نتیجه آن چنین است که: کسی که بگوید درهای هشتگانه بهشت برایش باز می‌گردد از هر دری که می‌خواهد وارد شود. (رواه مسلم).
- ۱۴ - در منزل وضو گرفتن: رسول الله -صلی الله علیه وسلم- فرمود: «کسی که در منزل خود وضو بگیرد، سپس به سوی مسجد برود تا اینک فریضه‌ای از فرایض الهی انجام دهد، هر گامی که بر می‌دارد یک گناه ریخته می‌شود، هر قدمی که می‌گذارد یک منزلتی و درجه‌ای بلند می‌شود». (رواه مسلم).
- ۱۵ - دست کشیدن بر اعضای وضو قبل و بعد از ریختن آب بر آن.
- ۱۶ - صرفه‌جویی در آب، «حضرت پیامبر -صلی الله علیه وسلم- با پری دو کف دست وضو می‌گرفت». (متفق علیه).
- ۱۷ - شستن بیش از مقدار واجب در اعضای چهارگانه (دو دست و دو پا) وضو، زیرا که ابوهیره -رضی الله عنه- وضو گرفت و دست خود را تا بازو شست، و پاهای خود را تا ساق، سپس گفتند: این چنین دیدم که حضرت رسول الله -صلی الله علیه وسلم- وضو گرفتند. (رواه مسلم).
- ۱۸ - بعد از وضو دو رکعت نماز خواندن، رسول الله -صلی الله علیه وسلم- فرمود: «کسی که مانند وضو من وضو بگیرد سپس دو رکعت نماز با حضور ذهن بخواند، گناهان گذشته‌اش بخشیده می‌گردد».
- ۱۹ - کامل کردن وضو: یعنی ادا کردن حق هر عضوی از اعضای وضو در هنگام شستن. شخص مسلمان در شبانه‌روز چندین بار وضو می‌گیرد، برخی پنج بار، و برخی بیشتر، مثلاً هنگام نماز ضحی و تهجد، و بدین روش با تکرار وضو می‌تواند این سنتها را تطبیق دهد تا اینکه ثواب بزرگی حاصل نماید.

فایده و نتیجه انجام دادن این سنتها هنگام وضو

شامل فرمایش پیامبر -صلی الله علیه وسلم- می‌شود که فرمود: «کسی که وضو گرفت، گناهان وی از بدنش بیرون می‌شود تا جایی که از زیر ناخن‌هایش نیز بیرون می‌گردد». (رواه مسلم).

و فرمود: «هر کدام از شما که وضو بگیرد، وضوی خوب و نیکو، سپس با قلب و ذهن حاضر دو رکعت نماز بخواند، بهشت برایش واجب گشته و گناهانش نیز بخشیده می‌گردد». (رواه مسلم).
امام نووی می‌گوید: بخاطر اینکه شخص مجاهدت نموده و وسواس شیطان را از خود دور نموده، و قلب خودش را خالی نموده، تا این مرتبه و منزلت بدست آورده است.

مسواک

اوقات بسیاری است که فرد مسلمان در شبانه روز مسواک می‌زند.
رسول خدا -صلی الله علیه وسلم- فرمود: «اگر بر اتم دشوار نمی‌شود، هر آینه آنها را به مسواک‌زدن هنگام هر نماز امر می‌کردم». (بخاری و مسلم).
در شبانه‌روز بیش از (۲۰) بار فرد مسلمان مسواک می‌زند. برای نماز پنجگانه، نمازهای سنت رواتب، نماز ضحی، نماز وتر، هنگام واردشدن به منزل.
زیرا که رسول خدا -صلی الله علیه وسلم- هنگامی که به منزل وارد می‌شدند مسواک می‌زدند چنانکه حضرت عایشه رضی الله عنها بیان نموده و حدیث در صحیح مسلم آمده است.
پس ای مسلمان، هر بار که وارد منزل شدي مسواک بزنی، تا اینکه سنت را انجام داده باشی، و همچنین هنگام تلاوت قرآن کریم و هنگامی که بوی دهانت بد باشد، و وقت بیدار شدن از خواب، و هنگام وضو گرفتن.
زیرا که رسول الله -صلی الله علیه وسلم- فرموده است: «مسواک دهان را پاکیزه می‌نماید و پروردگار را خوشنود می‌گرداند». (رواه احمد).

فایده و نتیجه تطبیق این سنت:

آ - پروردگار از بنده‌اش خوشنود می‌گردد.
ب - دهان را پاکیزه می‌نماید.
علم پزشکی ثابت کرده است که همانا چوب مسواک حاوی مواد بسیاری است که برای لثه و دندان مفید است، از آنجمله:

- ۱ - ماده ضد میکروب.
- ۲ - ماده ضد عفونی‌کننده.
- ۳ - ماده پاک‌کننده دهان.
- ۴ - ماده خوشبوکننده دهان.

سننهای کفش پوشیدن

پیامبر -صلی الله علیه وسلم- می‌فرماید: «هنگامی که یکی از شما کفش (دمپایی) پوشید از سمت راست بپوشد، و هر گاه خواست بیرون کند از سمت چپ بیرون کند، و هر دو را با هم بپوشد یا هر دو با هم بیرون آورد». (رواه مسلم).
این سنت چندین بار در زندگی روزمره مسلمان تکرار می‌گردد، زیرا که برای آمد و رفت به مسجد می‌پوشد، همچنین برای رفتن به دستشویی، برای رفتن بیرون از منزل و دستشویی، برای بیرون رفتن از منزل و محل کار و هر بار که با نیت بدست آوردن ثواب و عمل به این سنت این چنین انجام دهد پاداش بزرگی بدست آورده است.

سنتهای لباس

از کارهایی که غالباً تکرار می‌شود پوشیدن و بیرون آوردن لباس است، که معمولاً یا بخاطر شستن آن است و یا بخاطر خوابیدن و یا بخاطر مسئله دیگر ...

پوشیدن و بیرون آوردن لباس سنتهای دارد:

- ۱ - گفتن «بسم الله» در هنگام پوشیدن و بیرون آوردن امام نووی می‌گوید: گفتن بسم الله در همه امور مستحب است.
- ۲ - پیامبر -صلی الله علیه وسلم- هنگامی که لباس پیراهن رداء یا عمامه می‌پوشید می‌فرمودند: **«اللَّهُمَّ لَكَ الْحَمْدُ أَنْتَ كَسَوْتَنِيهِ، أَسْأَلُكَ مِنْ خَيْرِهِ وَخَيْرِ مَا صُنِعَ لَهُ، وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّهِ وَشَرِّ مَا صُنِعَ لَهُ»**. الهی! ستایش برای تو است، تویی که این لباس را به من پوشاندی، من از تو خیر این را مسئلت دارم و همچنین خیر آنچه که برایش آماده شده، و پناه می‌برم از تو از شرش و شر آنچه که برایش ساخته شده است. (رواه ابوداود و الترمذی و أحمد، صححه ابن حبان).
- ۳ - آغاز نمودن از سمت راست هنگام پوشیدن بدلیل حدیث پیامبر -صلی الله علیه وسلم-: «هرگاه پوشیدید از سمت راست خودتان آغاز کنید». (رواه الترمذی و ابوداود و ابن ماجه، وهو صحیح).
- ۴ - شلوار و پیراهن خود را اول از سمت چپ بیرون بیاورد سپس سمت راست.

سنتهای وارد و خارج شدن از منزل

- امام نووی می‌فرماید: مستحب است که: «بسم الله» بگوید، و بکثرت خدا را یاد نماید و بر مردم سلام کند.
- ۱ - ذکر و یاد خداوند: هنگام وارد شدن به منزل، بدلیل حدیث پیامبر -صلی الله علیه وسلم-: «هر گاه شخصی به منزلش وارد شد پس خدا را یاد کرد هنگام وارد شدنش و وقت غذا خوردنش شیطان می‌گوید: اینجا نه جای ماندن است و نه غذای شب».
 - ۲ - دعای ورود به منزل، بدلیل حدیث پیامبر -صلی الله علیه وسلم-: **«اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ خَيْرَ الْمَوْلَجِ وَخَيْرَ الْمَخْرَجِ، بِسْمِ اللَّهِ وَلَجْنَا، وَبِسْمِ اللَّهِ خَرَجْنَا، وَعَلَى رَبِّنَا تَوَكَّلْنَا...»**. الهی، من از تو خوبی و خیر وارد شدن و بیرون رفتن مسئلت دارم. با نام خدا وارد شدیم، و با نام خدا بیرون رفتیم، و بر پروردگاران توکل نمودیم. سپس بر اهل خانه‌اش سلام کند. (رواه ابو داود).
- بنابراین شخص مسلمان همیشه با توکل نمودن بر خداوند در ورود و خروجش از منزل رابطه‌ی خود را با پروردگارش تقویت می‌نماید.
- ۳ - مسواک زدن: زیرا که پیامبر -صلی الله علیه وسلم- هنگامی که به منزل وارد می‌شدند اول مسواک می‌زدند. (رواه مسلم).
 - ۴ - سلام کردن: بدلیل فرمایش خداوند: **(فَإِذَا دَخَلْتُمْ بُيُوتًا فَسَلِّمُوا عَلَىٰ أَنْفُسِكُمْ تَحِيَّةً مِّنْ عِنْدِ اللَّهِ مُبَارَكَةً طَيِّبَةً)**. (النور: ۶۱).
- اگر فرض نمائیم که یک شخص مسلمان بعد از هر نماز فرض که در مسجد ادا می‌کند به منزل وارد شود هرآینه تعداد سنتهای که در هنگام وارد شدن به منزلش، تطبیق می‌دهد در شبانه‌روز به ۲۰ سنت می‌رسد.
- اما هنگام بیرون شدن از منزل بگوید: **«بِسْمِ اللَّهِ، تَوَكَّلْتُ عَلَى اللَّهِ، وَلَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ»**. «با نام خدا، توکل کردم بر خدا، و هیچ نیرو و قوتی نیست بجز نیرو و قوت الهی». به او گفته می‌شود: کفایت شدی، و محفوظ شدی و هدایت شدی، و شیطان نیز از سر راهت دور شد». (رواه الترمذی و ابوداود).

شخص مسلمان در شبانه‌روز چندین بار از منزل بیرون می‌شود، برای رفتن به نماز جماعت، برای رفتن به محل کار، برای خرید و انجام امور خانه ...، پس هرگاه که از منزل بیرون می‌شود به این سنتها عمل نماید، فواید و ثواب بسیار عظیمی را بدست می‌آورد.

نتیجه انجام دادن این سنت هنگام بیرون شدن از منزل:

- ۱ - از هر امری از امور دنیا و آخرت کفایت می‌شود.
- ۲ - از شر هر بدی (جن و انس) محفوظ می‌گردد.
- ۳ - به هدایت دست می‌یابد. و هدایت ضد گمراهی است، پس خداوند تو را در تمام کارهای دنیوی و اخروی هدایت می‌کند.

سنتهای رفتن به مسجد

۱ - زود رفتن به مسجد، پیامبر -صلی الله علیه وسلم- فرمود: «اگر مردم می‌دانستند پاسخ به اذان و نشستن در صف اول چه پاداشی دارد، آنگاه برایشان بدون قرعه‌اندازی حاصل نمی‌شد. هرآینه قرعه‌کشی می‌کردند. و اگر می‌دانستند زود رفتن به مسجد چه پاداشی دارد هرآینه برای بدست آوردنش قرعه‌کشی می‌کردند، و اگر می‌دانستند در نماز عشاء و صبح چه پاداشی نهفته است هرآینه با چهار دست و پا می‌آمدند». (متفق علیه).

۲ - خواندن دعای رفتن به مسجد: «اللَّهُمَّ اجْعَلْ فِي قَلْبِي نُورًا، وَفِي لِسَانِي نُورًا، وَفِي سَمْعِي نُورًا، وَاجْعَلْ فِي بَصَرِي نُورًا، وَاجْعَلْ مِنْ خَلْفِي نُورًا، وَمِنْ أَمَامِي نُورًا، وَاجْعَلْ مِنْ قَوْعِي نُورًا، وَمِنْ تَحْتِي نُورًا، اللَّهُمَّ أَعْطِنِي نُورًا». (رواه مسلم). «الهی، قرار بده در قلبم نوری، و در زبانم نوری، و در گوشم نوری، و در چشمم نوری و از پشتم نوری، و از جلوم نوری و از بالایم نوری و از پائینم نوری، الهی، به من نوری عطا بفرما».

۳ - با آرامش و وقار رفتن، پیامبر -صلی الله علیه وسلم- می‌فرماید: «هر گاه اقامه نماز را شنیدید در حال آرامش و وقار بسوی نماز بروید».

۴ - پیاده به مسجد رفتن، فقها تصریح کرده‌اند که آهسته‌آهسته گام برداشتن و عجله نکردن در هنگام رفتن به مسجد سنت محمد -صلی الله علیه وسلم- می باشد، تا اینکه نیکبهای آن شخص زیادتیر شود. و آنها به نصوص شرعی که درباره بسیار گام برداشت بسوی مسجد است، استناد نموده‌اند.

رسول خدا -صلی الله علیه وسلم- فرمود: «آیا شما را راهنمایی نکنم به چیزی که توسط آن خداوند گناهان را پاک می‌کند و مقام و درجات را بالا می‌برد؟» صحابه عرض کردند: بله ای رسول خدا، فرمود: «گامهای بسیار برداشتن بسوی مساجد ...». (رواه مسلم).

۵ - دعای هنگام وارد شدن به مسجد: «بِسْمِ اللَّهِ وَالصَّلَاةِ وَالسَّلَامِ عَلَى رَسُولِ اللَّهِ. اللَّهُمَّ افْتَحْ لِي أَبْوَابَ رَحْمَتِكَ». «الهی، دروازه رحمتت را برایم بگشا».

هر گاه یکی از شما به مسجد داخل شد باید بر پیامبر -صلی الله علیه وسلم- درود بفرستد و بگوید: «اللَّهُمَّ افْتَحْ لِي أَبْوَابَ رَحْمَتِكَ». (رواه النسائی وابن ماجه وابن خزیمه و ابن حبان).

۶ - با پای راست وارد شدن، بدلیل قول انس بن مالک -رضی الله عنه-: «سنت است که هنگام داخل شدن به مسجد با پای راست و هنگام خارج شدن با پای چپ خارج شوی». (أخرجه الحاکم).

۷ - برای صف اول جماعت به جلو رفتن: «اگر مردم می‌دانستند در اذان و صف اول جماعت چه پاداشی نهفته است سپس نمی‌یافتند مگر اینکه قرعه‌کشی کنند هرآینه قرعه‌کشی می‌کردند». (رواه البخاری و مسلم).

۸ - دعای هنگام بیرون شدن از مسجد. «هر گاه از مسجد بیرون شدی بگو: «اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ مِنْ فَضْلِكَ». (رواه مسلم).

و در روایت نسائی: هنگام خروج بر پیامبر درود بفرستد.

۹ - با پای چپ بیرون شدند، بدلیل قول انس -رضی الله عنه- چنانچه گذشت.

۱۰ - خواندن نماز تحية مسجد.

«هر گاه يکي از شما به مسجد وارد شد هرگز ننشيند تا اينکه دو رکعت نماز بخواند». (متفق عليه).

امام شافعي مي فرمايد: خواندن تحية المسجد حتى در اوقات نهي شده نيز روا هست.

حافظ ابن حجر مي گويد: اهل فتوي بر اين اجتماع دارند که تحية المسجد سنت مي باشد.

بنابراين اگر مسلمان بر تطبيق اين سنتها کوشا باشد و هنگام رفتن براي نماز پنجگانه انجام دهد در شبانه روز مجموعاً (۵۰) سنت عمل نموده است.

سنتهاي اذان

چنانچه امام ابن قيم در کتاب زاد المعاد ذکر نموده است مجموعه پنج تا هستند:

۱ - شنونده اذان مانند مؤذن بگويد، مگر در «حَيَّ عَلَى الصَّلَاةِ، وَحَيَّ عَلَى الْفَلَاحِ»، که بايد بگويد: «لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ». (رواه البخاري و مسلم).

نتيجه اين سنت اين است که: بهشت برين براي حاصل مي شود. چنانکه در حديث صحيح مسلم آمده است.

۲ - شنونده اذان (بعد از ختم آن) بگويد: «وَأَنَا أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، وَأَنَّ مُحَمَّدًا عَبْدُهُ وَرَسُولُهُ،

رَضِيتُ بِاللَّهِ رَبًّا، وَبِمُحَمَّدٍ رَسُولًا، وَبِالْإِسْلَامِ دِينًا» «و من نيز گواهي مي دهدم نيست معبودي بحق جز خداي يکتا

و همانا محمد فرستاده خدا است و به پروردگاري خداوند و به دين اسلام و پيامبري محمد راضي شدم».

نتيجه اين سنت اين است که: گناهان آمرزيده مي شود چنانکه در همان حديث مذکور است.

۳ - بعد از تمام شدن اذان و جواب دادن، بر پيامبر -صلى الله عليه وسلم- درود بفرست، و کامل ترين آن درود ابراهيمي است.

دليل آن فرمايش پيامبر -صلى الله عليه وسلم-: «هر گاه صداي مؤذن را شنيديد پس مانند مؤذن بگوئيد، سپس بر من درود بفرستيد، زيرا هر کس که بر من يک درود بفرستند، خداوند بر او ده درود مي فرستد». (رواه مسلم).

معناي درود خداوند بر بنده: خداوند او را در ملاي اعلي (نزد فرشتگان) بخوبي ياد مي کند.

درود ابراهيمي چنين است: «اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِ مُحَمَّدٍ، كَمَا صَلَّيْتَ عَلَى إِبْرَاهِيمَ وَعَلَى آلِ إِبْرَاهِيمَ، إِنَّكَ

حَمِيدٌ مَجِيدٌ، اللَّهُمَّ بَارِكْ عَلَى مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِ مُحَمَّدٍ، كَمَا بَارَكْتَ عَلَى إِبْرَاهِيمَ وَعَلَى آلِ إِبْرَاهِيمَ، إِنَّكَ حَمِيدٌ مَجِيدٌ». (رواه البخاري).

۴ - بعد از درود چنين بگويد: «اللَّهُمَّ رَبِّ هَذِهِ الدَّعْوَةُ التَّامَّةُ، وَالصَّلَاةُ الْقَائِمَةُ، أُمَّ مُحَمَّدًا الْوَسِيْلَةَ وَالْفَضِيْلَةَ، وَأَبْعَثْهُ مَقَامًا

مَحْمُودًا الَّذِي وَعَدْتَهُ». «الهي، اي صاحب اين دعوت کامل و نمازي که بر پا مي شود به محمد وسيله و فضليت عطا

بفرما، و آن مقام نيکوي که به او وعده داده اي به او بده». (رواه البخاري).

فايده اين دعا: کسي که اين دعا را بخواند شفاعت پيامبر -صلى الله عليه وسلم- براي او مي گردد.

۵ - بعد از آن براي خودش دعا بکند، و از فضل و کرم خدا طلب نمايد زيرا که دعائش استجاب مي شود. دليل فرمايش

رسول خدا -صلى الله عليه وسلم-: «همچنان که مؤذنها مي گويند بگو، پس هر گاه تمام کردي از خدا سؤال کن که به

تو داده مي شود». (رواه أبو داود وحسنه الحافظ ابن حجر وصححه ابن حبان).

مجموع سنت هايي که فرد مسلمان هنگام شنيدن اذان انجام دهد (۲۵) سنت مي باشد.

سنتهاي اقامه

چنانکه هيئت فتوي (اللجنة الدائمة للبحوث العلمية والإفتاء) فتوي داده است همان چهار سنت ذکر شده اول را

انجام دهد.

بنابراین مجموع سننهای که شخص مسلمان هنگام اقامه و نماز بجا می‌آورد (۲۰) سنت می‌باشد.

نکته:

سنت است که شنونده اقامه همچنانکه که اقامه‌کننده می‌گوید، بگوید، بجز در **حَيَّ عَلَى الصَّلَاةِ، وَحَيَّ عَلَى الْفَلَاحِ** که باید **«لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ»** بگوید.
هنگامی که مؤذن: (قد قامت الصلاة) می‌گوید، او نیز همچنان بگوید، و **(أقامها الله وأدامها)** را نگوید زیرا که حدیث وارد شده ضعیف است.
(هیئت فتوی). **«اللجنة الدائمة للبحوث والإفتاء».**

بسوی ستره نماز خواندن

رسول الله -صلی الله علیه وسلم- فرموده است: «هر گاه یکی از شما نماز گزارد پس بسوی ستره نماز بگزارد، و به آن نزدیک شود و هرگز نگذارد که کسی میان وی و ستره‌اش عبور کند». (رواه أبوداود وابن ماجه).
این حدیث نص عام است بر سنت بودن ستره هنگام نماز، خواه در مسجد باشد یا در خانه، و در این مسئله مردان و زنان یکسان هستند.
برخی نمازگزاران خودشان را از این سنت محروم نموده‌اند، و بسوی ستره نماز نمی‌خوانند.
این سنت در شبانه‌روز چندین بار تکرار می‌گردد، در نمازهای رواتب، نماز ضحی، تحیه مسجد، نماز وتر
همچنین زنان هنگامی که نماز فرض را در خانه ادا می‌کنند.
اما هنگام نماز جماعت لزومی نیست زیرا که امام جماعت ستره مقتدی می‌باشد.

مسائلی پیرامون ستره

- ۱ - ستره آن چیزی است که فرد نمازگزار جلوی خودش در سمت قبله قرار می‌دهد مانند دیوار، چوب‌دستی یا ستون، و غیره، برای پهن یا باریک بودن آن حدی مشخص نشده است.
- ۲ - اما بلندی ستره مانند چوب آخر کجاوه شتر باشد، که تقریباً یک وجب می‌باشد.
- ۳ - مسافت بین شخص تا ستره در حد ۳ گز باشد بطوری که امکان سجده کردن داشته باشد.
- ۴ - ستره قراردادن برای امام و منفرد هر دو مشروع می‌باشد، خواه نماز فریضه باشد یا نافله.
- ۵ - ستره امام، ستره مأموم (مقتدی) محسوب می‌گردد. پس در صورت لزوم عبور کردن در جلوی صف نمازگزاران اشکالی ندارد.

فایده تطبیق این سنت:

- أ - از باطل شدن نماز جلوگیری می‌کند، در صورتی که عبورکننده از کسانی باشد که نماز را باطل می‌کنند (مانند: زن، الاغ و سگ سیاه) و یا اینکه در نماز نقص ایجاد می‌شود و از پاداش آن کاسته می‌شود.
- ب - فایده دیگر آن اینست که مانع می‌شود که انسان به این طرف و آن طرف نگاه کند، بنابراین کسی که جلوی خود قرار داده نگاهش غالباً ما قبل ستره‌اش می‌باشد، در این صورت افکار نمازگزار در نماز منحصر می‌گردد.
- ت - عبورکننده‌گان بدون اینکه جلوی نمازش عبور کننده براحتی می‌توانند عبور نمایند.

نمازهای نافله در شبانه روز

۱ - سنتهای راتبه: رسول خدا -صلی الله علیه وسلم- می‌فرماید: «هر بنده مسلمانی که غیر از نماز فرض، دوازده رکعت در شبانه روز نماز بخواند خداوند برایش در بهشت خانه‌ای می‌سازد، یا در بهشت خانه‌ای ساخته می‌شود». (رواه مسلم).
دوازده رکعت بدین قرار است: ۴ رکعت قبل از نماز ظهر و ۲ رکعت بعد از نماز ظهر، ۲ رکعت بعد از نماز مغرب، و ۲ رکعت بعد از نماز عشاء و ۲ رکعت قبل از نماز صبح.

ای برادر عزیزم! آیا مشتاق خانه‌ای در بهشت نیستی؟ پس بر این نصیحت پیامبر -صلی الله علیه وسلم- محافظت کن، و دوازده رکعت غیر از فرض ادا بکن.

۲ - نماز (ضحی) چاشت: ثوابش معادل ۳۶۰ صدقه می‌باشد چونکه بدن انسان متشکل از ۳۶۰ استخوان و مفصل می‌باشد، و بر هر کدام یک صدقه واجب است که در روز اداء نماید، تا بدین صورت شکر این نعمتها را بجا آورده باشد، دو رکعت نماز ضحی جایگزین همه آنها می‌باشد.

نتیجه و فایده آن: چنانچه در صحیح مسلم روایت شده است از ابوذر -رضی الله عنه- پیامبر -صلی الله علیه وسلم- فرموده است: «در هر صبحگاه بر هر بنده‌ای از اعضایی یکی از شما صدقه‌ای لازم است، پس هر سیحان الله گفتن صدقه است، و امر به معروف صدقه است و نهی از منکر صدقه است، بجای همه این دو رکعت نماز ضحی (چاشت) کفایت می‌کند». و از ابوهیریه -رضی الله عنه- روایت شده است که فرمود: (دوستم حضرت رسول الله -صلی الله علیه وسلم- مرا به سه چیز وصیت نمود که تا زنده ام آن را ترک نخواهم کرد: روزه سه روز از هرماه، نماز ضحی، و اینکه قبل از خوابیدن نماز وتر را بخوانم). (متفق علیه).

وقت آن: ربع ساعت بعد از طلوع آفتاب وقت آن آغاز می‌شود تا ربع ساعت قبل از نماز ظهر.

بهترین اوقات ادای آن: هنگام شدت گرمی خورشید است.

تعداد رکعت‌هایش: کمترین آن دو رکعت است.

حداکثر آن: ۸ رکعت، و گفته شده محدود نیست.

۳ - نماز سنت عصر: رسول خدا -صلی الله علیه وسلم- فرمود: «رحمت کند خداوند بنده‌ای را که قبل از نماز عصر چهار رکعت نماز سنت بخواند». (رواه ابوداود و الترمذی).

۴ - سنت مغرب: حضرت رسول الله -صلی الله علیه وسلم- فرمودند: «قبل از نماز مغرب نماز (سنت) بخوانید».

بار سوم فرمود: «کسی که بخواند». (رواه البخاری).

۵ - سنت عشاء: رسول اکرم -صلی الله علیه وسلم- فرمود: «میان هر دو اذان (اذان و اقامه) نماز است، میان هر دو اذان نماز است، میان هر دو اذان نماز است در بار سوم فرمود: «برای کسی که بخواند». (متفق علیه).

سنت‌های نماز شب (قیام)

حضرت رسول الله -صلی الله علیه وسلم- فرمود: «بهترین روزه بعد از ماه رمضان روزه ماه محرم الحرام است، و بهترین نماز بعد از فریضه نماز شب است». (رواه مسلم).

۱ - بهترین تعداد نماز شب اینست که یازده رکعت یا سیزده رکعت باشد، همراه با طولانی نمودن قیام، بدلیل حدیث:

حضرت -صلی الله علیه وسلم- یازده رکعت نماز می‌خواندند». (رواه البخاری). و در روایت دیگر: «در شب سیزده رکعت

نماز می‌خواندند...». (رواه البخاری).

۲ - و سنت است که هنگامی که از خواب بر می‌خیزد مسواک بزند و آیات آخر سوره آل عمران: (إِنَّ فِي خَلْقِ السَّمَاوَاتِ

وَالْأَرْضِ وَاخْتِلَافِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ لَآيَاتٍ لِأُولِي الْأَلْبَابِ). (آل عمران: ۱۹۰). تا آخر سوره بخواند.

۳ - و سنت است که دعای که از پیامبر -صلی الله علیه وسلم- ثابت شده بخواند: «اللَّهُمَّ لَكَ الْحَمْدُ أَنْتَ قَيِّمُ السَّمَاوَاتِ

وَالْأَرْضِ وَمَنْ فِيهِنَّ، وَلَكَ الْحَمْدُ أَنْتَ نُورُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَمَنْ فِيهِنَّ، وَلَكَ الْحَمْدُ أَنْتَ مَلِكُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ، وَلَكَ

الْحَمْدُ أَنْتَ الْحَقُّ وَوَعْدُكَ الْحَقُّ، وَقَوْلُكَ الْحَقُّ وَلِقَاؤُكَ الْحَقُّ، وَالْجَنَّةُ حَقٌّ، وَالنَّارُ حَقٌّ، وَالنَّبِيُّونَ حَقٌّ، وَمُحَمَّدٌ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ حَقٌّ وَالسَّاعَةُ حَقٌّ، اللَّهُمَّ لَكَ أَسْلَمْتُ، وَبِكَ آمَنْتُ، وَعَلَيْكَ تَوَكَّلْتُ، وَإِلَيْكَ أُنَبِّتُ، وَبِكَ خَاصَمْتُ، وَإِلَيْكَ حَاكَمْتُ، فَاعْفِرْ لِي مَا قَدَّمْتُ، وَمَا أَخَّرْتُ، وَمَا أَسْرَرْتُ، وَمَا أَعْلَنْتُ، أَنْتَ الْمُقَدِّمُ، وَأَنْتَ الْمُؤَخِّرُ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ. [أَوْ لَا إِلَهَ غَيْرُكَ]». (رواه البخاري ومسلم واللفظ للبخاري). «خدایا، ستایش برای تو است تو تدبیرکننده آسمانها و زمین و هر آنکه در آنست هستی، و ستایش از آن تو است، تو نور آسمانها و زمین و هر آنکه در آن است هستی، و از آن تو است ستایش، تو پادشاه آسمانها و زمین هستی، و از آن تو است ستایش، تو حقی و وعده تو راست است و دیدار تو، و کلام تو، و بهشت و دوزخ حقیقت است، و پیامبران و محمد -صلی الله علیه وسلم- بر حقد و قیامت حقیقت است، خدایا، خود را به تو تسلیم نمودم و به تو ایمان آوردم، و بر تو توکل کردم، و به سوی تو بازگشتم، و برای تو جنگیدم، و به دستور تو حکم کردم، پس پیامرز گناهان گذشته و آینده و نهان و آشکار مرا، تو پیشی‌دهنده و عقب اندازه‌ای، نیست معبودی بحق مگر تو».

۴ - و همچنین از سنتها: آغاز نمودن نماز شب با دو رکعت کوتاه و مختصر، تا برای بعد از آن آماده شود. رسول الله -صلی الله علیه وسلم- فرمود: «هر گاه یکی از شما برای نماز شب برخاست پس نمازش را با دو رکعت کوتاه آغاز نماید». (رواه مسلم).

۵ - و همچنین سنت است که: نماز شب را با دعای افتتاح ثابت شده از پیامبر -صلی الله علیه وسلم- آغاز نماید: «اللَّهُمَّ رَبَّ جِبْرَائِيلَ، وَمِيكَائِيلَ، وَإِسْرَافِيلَ، فَاطِرَ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ، عَالِمَ الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ، أَنْتَ تَحْكُمُ بَيْنَ عِبَادِكَ فَيَمَّا كَانُوا فِيهِ يَخْتَلِفُونَ، اهْدِنِي لِمَا اخْتَلَفَ فِيهِ مِنَ الْحَقِّ بِإِذْنِكَ، إِنَّكَ تَهْدِي مَنْ تَشَاءُ إِلَى صِرَاطٍ مُسْتَقِيمٍ». (رواه مسلم). «خدایا، ای پروردگار جبرئیل و میکائیل و اسرافیل، آفریننده آسمانها و زمین، آگاه به نهان و آشکار، تو حکم می‌کنی میان بندگان در چیزی که آنها در آن اختلاف می‌کردند، هدایت کن مرا در آنچه اختلاف کرده شده در آن از حق به اراده تو، براستی که تو هر که را خواهی براه راست هدایت می‌کنی».

۶ - و سنت است که نماز شب را طولانی نماید. از رسول الله -صلی الله علیه وسلم- پرسیده شد، کدام نماز بهتر است؟ فرمود: «طولانی بودن قیام (نماز)». (رواه مسلم).

۷ - هنگام تلاوت آیات عذاب، سنت است که به خدا پناه ببرد و بگوید: «أَعُوذُ بِاللَّهِ مِنْ عَذَابِ اللَّهِ». و هنگام آیات رحمت، از خداوند رحمت طلب نماید. و بگوید: «اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ مِنْ فَضْلِكَ». «خداوندا، من از فضل و بخشش تو طلب می‌کنم».

و هنگام خواندن آیات تنزیه و پاکی خداوند، سبحان الله بگوید، بدلیل حدیث: «پیامبر -صلی الله علیه وسلم- شمرده شمرده می‌خواند، و هرگاه به آیه‌ای می‌رسید که در آن تسبیح خدا بود سبحان الله می‌گفتند و هرگاه به آیه‌ای می‌رسید که سؤال بود از خدا طلب می‌کرد، و هر گاه به آیه‌ای می‌رسید که پناه بود از خدا پناه می‌خواست ..». (رواه مسلم).

اسباب کمک‌کننده برای قیام شب

۱ - دعا

۲ - زود خوابیدن

۳ - قیلوله (در وقت نهار استراحت) نمودن

۴ - ترک گناه

۵ - جهاد با نفس

وتر و سنتهایش

- ۱ - کسی که سه رکعت وتر خواند سنت است که در رکعت اول بعد از فاتحه، سوره (سَبِّحِ اسْمَ رَبِّكَ الْأَعْلَى)، و در رکعت دوم سوره (قُلْ يَا أَيُّهَا الْكَافِرُونَ) و در رکعت سوم (قُلْ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ) را بخواند. چنانکه در سنن ابو داود و ترمذی و ابن ماجه روایت شده است.
- ۲ - بعد از اینکه از نماز سلام داد سه مرتبه بگوید: «سُبْحَانَ الْمَلِكِ الْقُدُّوسِ» و در بار سوم با صدای بلند بگوید. و در روایت دار قطنی: با صدای بلند می‌گوید، و «رَبِّ الْمَلَائِكَةِ وَالرُّوحِ» را نیز اضافه می‌کند. (رواه ابوداود والنسائی).

سنت صبح

آداب و سنتهای ویژه دارد:

- ۱ - کوتاه و مختصر بودن، از حضرت عایشه رضی الله عنها روایت است که فرمود: «حضرت رسول خدا -صلی الله علیه وسلم- میان اذان و اقامه نماز صبح دو رکعت کوتاه و مختصر می‌خواندند» متفق علیه. آنچه در آن دو رکعت خوانده می‌شود: پیامبر -صلی الله علیه وسلم- در دو رکعت اولی (قُولُوا آمَنَّا بِاللَّهِ وَمَا أُنزِلَ إِلَيْنَا...) (البقرة: ۱۳۶). و در رکعت دوم: (...آمَنَّا بِاللَّهِ وَاشْهَدْ بِأَنَّ مُسْلِمُونَ) (آل عمران: ۵۲) می‌خواند. و در روایتی دیگر: در رکعت آخر: (قُلْ يَا أَهْلَ الْكِتَابِ تَعَالَوْا إِلَى كَلِمَةٍ سَوَاءٍ بَيْنَنَا وَبَيْنَكُمْ...) (آل عمران: ۶۴) را می‌خواند. (رواه مسلم). و در یک روایت آمده: در دو رکعت نماز سنت صبح (قُلْ يَا أَيُّهَا الْكَافِرُونَ) و (قُلْ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ) را خواندند. (رواه مسلم).
- ۲ - به پهلو خوابیدن: رسول خدا -صلی الله علیه وسلم- هر گاه نماز سنت صبح را ادا می‌کردند بر پهلو راست دراز می‌کشیدند. (رواه البخاری). سپس بکوش هنگامی که در منزل خویش نماز سنت صبح را ادا نمودی، به پهلو راست دراز بکش، اگرچه برای چند دقیقه باشد، تا اینکه به سنت عمل کرده باشی.

نشستن بعد از نماز صبح

- حضرت رسول اکرم -صلی الله علیه وسلم- هنگامی که نماز صبح را می‌خواند تا طلوع کامل خورشید در نمازگاه خویش می‌نشست. (رواه مسلم).
- چه نعمت بزرگی: بدرستی که خداوند عزوجل فرشتگان را مکلف نموده که برای کسانی که در مسجد نشسته‌اند دعا و استغفار نمایند، خواه قبل از نماز نشسته باشند یا بعد از نماز، و چنین می‌گویند: ای پروردگارا، بیمارز او را، پروردگارا، ببخش او را ...، همچنانکه در حدیث آمده است.
- پس ای برادر مسلمان، قدر و منزلت خود را نزد پروردگارت ببین اگر مطیع و فرمانبردارش باشی فرشتگان مقرب درگاهش را مأمور دعا برای تو می‌گردانند.

سنتهای قولی (خواندنی) نماز

۱- دعای استفتاح

- و آن عبارت است از گفتن دعای: «سُبْحَانَكَ اللَّهُمَّ وَبِحَمْدِكَ، وَتَبَارَكَ اسْمُكَ، وَتَعَالَى جَدُّكَ، وَلَا إِلَهَ غَيْرُكَ» بعد از تکبیرة الاحرام. (رواه الأربعة).
- و دعای دیگر نیز روایت شده: «اللَّهُمَّ بَاعِدْ بَيْنِي وَبَيْنَ خَطَايَايَ كَمَا بَاعَدْتَ بَيْنَ الْمَشْرِقِ وَالْمَغْرِبِ، اللَّهُمَّ تَقْنِي مِنْ خَطَايَايَ كَمَا تَقْنَى التَّوْبُ الْأَبْيَضُ مِنَ الدَّائِسِ، اللَّهُمَّ اغْسِلْنِي مِنَ خَطَايَايَ بِالتَّلْجِ وَالْمَاءِ وَالْبَرْدِ». (رواه البخاری و مسلم).

بنابراین یکی از این دعاهای وارده شده را بخواند.

۲- پناه خواستن به خداوند قبل از قراءت

بگوید: «أَعُوذُ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ».

۳- گفتن: (بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ).

۴- گفتن: «آمین» بعد از فاتحه.

۵- خواندن سوره بعد از فاتحه در دو رکعت اول از نماز صبح و جمعه و مغرب و چهار رکعتی، و نمازهای سنت که بطور تنهایی خوانده می‌شود، اما مقتدی در نمازهای سری می‌خواند ولی در نمازهای جهری خیر.

۶- گفتن: «مِْلَاءَ السَّمَوَاتِ، وَمِْلَاءَ الْأَرْضِ وَمَا بَيْنَهُمَا، وَمِْلَاءَ مَا شِئْتَ مِنْ شَيْءٍ بَعْدُ، أَهْلَ الثَّنَاءِ وَالْمَجْدِ، أَحَقُّ مَا قَالَ الْعَبْدُ، وَكُنَّا لَكَ عَبْدًا اللَّهُمَّ لَا مَارِجَ لِمَا أَعْطَيْتَ، وَلَا مُعْطِيٍّ لِمَا مَنَعْتَ، وَلَا يَنْفَعُ دَا الْجَدِّ مِنْكَ الْجَدُّ». بعد از بلندشدن از رکوع و بعد از گفتن: «رَبَّنَا وَلَكَ الْحَمْدُ» بگوید. (رواه مسلم).

۷- بیش از یکبار گفتن تسبیحات رکوع و سجود.

۸- بیش از یکبار گفتن «رَبِّ اغْفِرْ لِي» میان دو سجده.

۹- گفتن دعا: «اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنْ عَذَابِ جَهَنَّمَ، وَمِنْ عَذَابِ الْقَبْرِ، وَمِنْ فِتْنَةِ الْمَحْيَا وَالْمَمَاتِ، وَمِنْ فِتْنَةِ الْمَسِيحِ الدَّجَالِ». در تشهد آخر.

و مستحب است که نمازگزار در حالت سجده، فقط به تسبیح اکتفاء نکند بلکه هر چه می‌خواهد در سجده دعا کند بدلیل حدیث: «نزدیکترین حالتی که بنده به پروردگارش است وقتی است که در حال سجده می‌باشد، بنابراین در سجده بسیار دعا کنید». (رواه مسلم).

دعاهای دیگری نیز هست که شما می‌توانید به کتاب پناهگاه مسلمان (حصن المسلم) رجوع کنید.

همه این سنتها که گذشت در هر رکعتی تکرار کن، بجز دعای استفتاح و دعای که بعد از تشهد است.

پس بنابراین مجموع این سنتهای قولی در نماز فرض در ۱۷ رکعت، ۱۳۶ سنت است، اگر که بگوئیم ۸ سنت است که در هر رکعت تکرار می‌شود، و مجموع سنتها در نماز سنت که ۲۵ رکعت است و در شبانه‌روز خوانده می‌شود، ۱۷۵ سنت می‌باشد، و گاهی تعداد این سنتها با نماز قیام شب و نماز ضحی، اضافه می‌گردد.

اما سنتهای قولی که بجز یک بار در نماز تکرار نمی‌شود عبارتند از:

۱ - دعای استفتاح

۲ - دعای بعد از تشهد

بنابراین مجموع آنها در نماز فرض ۱۰ سنت است، اما در نمازهای نوافل (سنت) که در شبانه‌روز خوانده می‌شود، ۲۴ سنت می‌شود، و گاهی بر تعداد آنها در نمازهای قیام شب، و نمازهای ضحی یا تحیة المسجد اضافه می‌گردد.

سنتهای عملی نماز

۱ - بلندکردن دستها همراه با تکبیرة الإحرام.

۲ - بلندکردن دستها هنگام رکوع.

۳ - بلندکردن دستها هنگام راست‌شدن از رکوع.

۴ - و هنگام برخاستن از تشهد برای رکعت سوم.

۵ - بهم چسپاندن انگشت هنگام بلندکردن دست.

۶ - انگشتان بحالت کشیده، و کف دست بسمت قبله باشد.

۷ - دستان را تا برابر دو شانه یا نرمه گوش بلند کردن.

۸ - گذاشتن دست راست بر دست چپ یا با دست راست مچ دست چپ را بگیرد.

۹ - نگاه کردن به جایگاه سجده.

۱۰ - فاصله دادن میان دو پاهایش هنگام ایستادن.

- ۱۱- شمرده شمرده قرآن خواندن و در آن تدبرکردن.
- ۱۲- گرفتن زانوها در حالت رکوع، با دو دستان بطوریکه انگشتان باز باشد.
- ۱۳- کمر خودش را در حالت رکوع کشیده و برابر قرار دهد.
- ۱۴- نمازگزار باید در حال رکوع سر خود را مساوی با کمرش قرار دهد نه بالا بگیرد و نه پائین بگیرد.
- ۱۵- بازوهایش دور از پهلویش قرار دهد.

سنتهای سجود

- ۱ - دور قراردادن بازوها از پهلویش.
- ۲ - نجسباندن شکم به رانش.
- ۳ - و دور نگه داشتن رانش از ساقش.
- ۴ - فاصله قراردادن بین دو زانوها در سجود.
- ۵ - راست قراردادن قدمش در سجده.
- ۶ - قراردادن کف انگشتان پا به زمین.
- ۷ - بهم چسباندن قدمش در سجده.
- ۸ - گذاشتن دستان برابر شانه یا دو گوش.
- ۹ - بازگذاشتن دستها.
- ۱۰ - چسباندن انگشتها به همدیگر.
- ۱۱ - و قراردادن آنها بطرف قبله.

سنتهای میان دو سجده

نشستن میان دو سجده، دو کیفیت دارد:

- ۱ - اقعاء نامیده می شود، و آن عبارت است از اینکه دو پاهایش راست نگه دارد و بر پاشنه آن بنشیند.
 - ۲ - افتراش، یعنی پای راست خودش را مستقیم ایستاده نگه دارد و پای چپ را بخواباند، و در تشهد اول چنین است که بر پای چپ بنشیند و پای راستش را ایستاده نگه دارد.
- حضرت رسول الله -صلی الله علیه وسلم- جلسه میان دو سجده را آنقدر طولانی می نمودند تا جایی که شخص می گفت: شاید فراموش کرده است.

جلسه استراحت

عبارت است از جلسه کوتاهی که در آن ذکر نیست، محل آن بعد از سجده دوم، هنگام بلندشدن از رکعت اولی و رکعت سومی می باشد.

سنتهای تشهد آخری

تشهد دوم: سه کیفیت دارد:

- أ - پای راست را ایستاده قرار دهد، و پای چپش را زیر ساق پای راستش قرار دهد، و نشیمنگاه خود را بر زمین بگذارد.
- ب - مانند کیفیت اولی است بجز اینکه پای راست را بلند نمی کند بلکه در همان سمت پای چپ قرار می دهد.
- ج - پای راست را ایستاده نگه می دارد، و پای چپ را میان ساق و ران پای راست قرار می دهد.

- ۱ - گذاشتن دستان بر ران، (دست راست را بر ران راست، و دست چپ را بر ران چپ، در حالی که انگشتان کشیده و به هم چسبیده باشد).
 - ۲ - اشاره نمودن با انگشت شهادت از اول تا آخر تشهد (انگشت ابهامش را بر انگشت وسطی بصورت حلقه بگذارد، و به سوی آن بنگرد).
 - ۳ - چرخاندن چهره بسمت راست و چپ هنگام سلام.
- سنتهای عملی که در هر رکعت تکرار می‌گردد (۲۵) سنت است، پس مجموع آنها در نمازها فرض ۴۲۵ سنت و در نمازهای سنت ۶۲۵ سنت که در شبانه‌روز تکرار می‌شود. و گاهی اوقات برحسب افزودن تعداد رکعات نمازهای سنت مثل، سنت ضحی و قیام شب بر تعداد سنتها نیز افزوده می‌گردد.

برخی سنتهای عملی وجود دارد که یک یا دو بار بیشتر تکرار نمی‌شود:

- ۱ - بلندکردن دستها همراه تکبیرة الاحرام.
 - ۲ - بلندکردن دستها هنگام برخاستن برای رکعت سوم، در نمازهایی که دو تشهد دارد.
 - ۳ - اشاره کردن با انگشت شهادت.
 - ۴ - صورت را به سمت راست و چپ برگرداندند هنگام سلام نماز.
 - ۵ - جلسه استراحت، در نمازهای چهار رکعتی ۲ بار تکرار می‌گردد، و در بقیه نمازها خواه فرض یا سنت باشد یکبار تکرار می‌شود.
 - ۶ - تورک نشستن: (و آن عبارت است از: راست و ایستاده نگه داشتن پای راست، و قراردادن پای چپ را زیر ساق پای راست و نشیمنگاه را بر زمین گذاشتن) این عمل در تشهد دوم انجام می‌شود.
- پس آنچه ذکر شد سنتهایی بود که یک بار تکرار می‌شود بجز اشاره با انگشت شهادت در تشهد که در هر نماز فرضی بجز نماز صبح، دو بار تکرار می‌شود، و همچنین جلسه استراحت در نمازهای چهار رکعتی تکرار می‌گردد، بنابراین مجموع سنتها ۳۴ سنت می‌باشد.
- پس ای برادر گرمی، بکوش نمازت را با این سنتهای قولی و فعلی آراسته گردانی، تا اینکه اجر و پاداشت بسیار، و مقام و منزلت نزد پروردگار بالا رود.

نکته

امام ابن القیم می‌فرماید: بنده در دو جایگاه در مقابل پروردگارش می‌ایستد، یکی در نمازش و دیگری هنگام ملاقات با پروردگارش در روز قیامت، پس کسی که حق ایستادن اولی درست اداء نماید، قرار گرفتن در جایگاه دوم برایش آسان می‌گردد، و کسی که به جایگاه اولی توجهی نکرد و حقش را ادا نمود جایگاه دومی برایش سخت و دشوار خواهد بود.

سنت‌های بعد از نمازهای فرض

- ۱ - سه بار استغفار کردن، و گفتن: «اللَّهُمَّ أَنْتَ السَّلَامُ وَمِنْكَ السَّلَامُ، تَبَارَكْتَ يَا ذَا الْجَلَالِ وَالْإِكْرَامِ». (رواه مسلم).
- ۲ - «لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ، اللَّهُمَّ لَا مَانِعَ لِمَا أَعْطَيْتَ، وَلَا مُعْطِيَ لِمَا مَنَعْتَ، وَلَا يَنْفَعُ ذَا الْجَدِّ مِنْكَ الْجَدُّ». (رواه البخاری و مسلم).
- ۳ - «لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ، وَلَهُ الْحَمْدُ وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ. لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ، لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ، وَلَا نَعْبُدُ إِلَّا إِيَّاهُ، لَهُ النِّعْمَةُ وَلَهُ الْفَضْلُ وَلَهُ الثَّنَاءُ الْحَسَنُ، لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ مُخْلِصِينَ لَهُ الدِّينَ وَلَوْ كَرِهَ الْكَافِرُونَ». (رواه مسلم).
- ۴ - «سُبْحَانَ اللَّهِ، وَالْحَمْدُ لِلَّهِ، وَاللَّهُ أَكْبَرُ [۲۳ مرتبه، سپس]، لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ، وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ». (رواه مسلم).
- ۵ - «اللَّهُمَّ أَعِنِّي عَلَى ذِكْرِكَ، وَشُكْرِكَ، وَحُسْنِ عِبَادَتِكَ». (رواه ابوداود و النسائی).
- ۶ - «اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْبُخْلِ، وَأَعُوذُ بِكَ مِنَ الْجَبْنِ، وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ فِتْنَةِ الدُّنْيَا وَعَذَابِ الْقَبْرِ». (رواه البخاری).

۷ - «رَبِّ قِنِي عَذَابَكَ يَوْمَ تَبْعَثُ عِبَادَكَ». بدلیل حدیثی که براء بن عازب روایت کرده: «ما هنگامی که همراه پیامبر -صلی الله علیه وسلم- نماز می‌خواندیم دوست داشتیم که سمت راست پیامبر -صلی الله علیه وسلم- باشیم، ایشان چهره‌اش را بسوی ما می‌نمودند، پس شنیدیم که فرمود: «رَبِّ قِنِي عَذَابَكَ يَوْمَ تَبْعَثُ (تجمع) عِبَادَكَ». (رواه مسلم).
۸ - خواندن سوره های: (قُلْ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ) و (قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ الْقَلْقِ) و (قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ النَّاسِ). (رواه أبوداود والترمذی والنسائی).

۹ - خواندن آیت الکرسی: (اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْحَيُّ الْقَيُّومُ). (رواه النسائی).
۱۰ - گفتن: «لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ يُحْيِي وَيُمِيتُ وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ». ۱۰ مرتبه بعد از نماز مغرب و نماز صبح. (رواه الترمذی).

۱۱ - تسبیحات و اذکار را با دست بشمارد.
۱۲ - این اذکار و اوراد را در جایگاه خودش که نماز خوانده بگوید و جای خودش را تغییر ندهد.
مجموع این سنت‌های بعد از نماز اگر مسلمان بر انجامش کوشا باشد تقریباً (۵۰) سنت است، که گاهی در نمازهای صبح و مغرب بر تعدادش افزوده می‌گردد.

نتیجه و فایده انجام این سنت‌ها:

أ - اگر شخص مسلمان بعد از هر نماز فرضی بر این اوراد و اذکار محافظت نماید برایش اجر (۵۰۰) صدقه نوشته می‌شود. بدلیل حدیث رسول الله -صلی الله علیه وسلم-: «هر سبحان الله گفتن صدقه است، و هر الله اکبر گفتن صدقه است، و هر الحمد لله گفتن صدقه است، و هر لا اله الا الله گفتن صدقه است...». (رواه مسلم).

ب - اگر شخص مسلمان بر این اورادها محافظ نماید (۵۰۰) درخت برایش در بهشت کاشته می‌شود، چنانچه روزی رسول اکرم -صلی الله علیه وسلم- بر ابوهریره گذر نمودند در حالی که ابوهریره نهالی را می‌کاشت، آنگاه پیامبر -صلی الله علیه وسلم- فرمود: «ای ابوهریره، آیا راهنمایی نکنم تو را به نهالی که بهتر از اینست؟» عرض کرد: بله ای رسول خدا، فرمود: «بگو: سبحان الله و الحمد لله و لا اله الا الله والله أكبر، با گفتن هر کدام از این‌ها برای یک درخت در بهشت کاشته می‌شود». (رواه ابن ماجه وصححه الألبانی).

ج - کسی که همیشه بعد از هر نماز فرض آیت الکرسی را بخواند میان او و بهشت بجز مرگ هیچ مانعی وجود ندارد، که بعد از مردن به بهشت داخل می‌شود.

د - کسی که بر این اوراد و اذکار محافظت نماید گناهانش ریخته می‌شود اگرچه مانند کف دریا باشد. چنانکه در صحیح مسلم روایت شده است.

ه - کسی که بر آنها محافظت کند هرگز در دنیا و آخرت خوار و ناامید نمی‌گردد. بدلیل حدیث: «اوراد و اذکار بعد از نماز گوینده‌اش را ناامید نمی‌گرداند...». (رواه مسلم).

و - کم و کاستی که در نماز فرض بوجود آمده بوسیله اینها جبران می‌گردد.

سنت‌هایی که در صبح و شام گفته می‌شود

۱- آیت الکرسی (اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْحَيُّ الْقَيُّومُ).

فایده آن: «کسی که در هنگام صبح بخواند، تا شب از شر جن در امان است و کسی که در هنگام شب بخواند تا صبح از شر جن در امان می‌ماند». (رواه النسائی وصححه الألبانی).

۲- معوذات:

(قُلْ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ).

و

(قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ الْقَلْقِ).

و

(قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ النَّاسِ).

رواه أبو داود و الترمذي.

فایده آن: «کسی سه مرتبه هنگام صبح و سه مرتبه هنگام شب بگوید، از شر همه چیز کفایت می‌شود».

۳- «أَصْبَحْنَا وَأَصْبَحَ الْمَلِكُ لِلَّهِ وَالْحَمْدُ لِلَّهِ، لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ، رَبِّ أَسْأَلُكَ خَيْرَ مَا فِي هَذَا الْيَوْمِ وَخَيْرَ مَا بَعْدَهُ، وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ مَا فِي هَذَا الْيَوْمِ وَشَرِّ مَا بَعْدَهُ، رَبِّ أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْكَسَلِ، وَسُوءِ الْكَبْرِ، رَبِّ أَعُوذُ بِكَ مِنْ عَذَابِ فِي النَّارِ وَعَذَابِ فِي الْقَبْرِ». (رواه مسلم). و در هنگام شب بجای «أَصْبَحْنَا» بگوید: «أَمْسَيْنَا» و بجای «هذا اليوم» بگوید: «هذه الليلة».

ترجمه: (ما و تمام جهانیان، شب را برای خدا به صبح رسانیدیم، و حمد از آن خداست، هیچ معبودی، بجز الله که یکتاست و شریکی ندارد وجود ندارد. پادشاهی و حمد فقط از آن اوست و او بر هر چیز قادر است. الهی! من خیر آنچه در این روز است و خیر آنچه بعد از آن است را از تو متطلبم، و از شر آنچه که در این روز و ما بعد آن، وجود دارد، به تو پناه می‌برم. الهی! من از تنبلی و بده‌های پیری به تو پناه می‌برم، بار الها! من از عذاب آتش و قبر به تو پناه می‌برم).

۴- «اللَّهُمَّ بِكَ أَصْبَحْنَا، وَبِكَ نَحْيَا، وَبِكَ نَمُوتُ وَإِلَيْكَ النُّشُورُ». (رواه الترمذي). و هنگام شب بگوید: «اللَّهُمَّ بِكَ أَمْسَيْنَا، وَبِكَ أَصْبَحْنَا، وَبِكَ نَحْيَا، وَبِكَ نَمُوتُ وَإِلَيْكَ الْمَصِيرُ».

ترجمه: (بار الها! با لطف تو صبح کردیم، و با عنایت تو به شب رسیدیم، و به خواست تو زنده ایم، و به خواست تو می‌میریم، و رستاخیز ما بسوی تو است).

۵- «اللَّهُمَّ أَنْتَ رَبِّي لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ، خَلَقْتَنِي وَأَنَا عَبْدُكَ، وَأَنَا عَلَى عَهْدِكَ وَوَعْدِكَ مَا اسْتَطَعْتُ، أَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ مَا صَنَعْتُ، أَبُوءُ لَكَ بِنِعْمَتِكَ عَلَيَّ، وَأَبُوءُ بِذَنْبِي فَاغْفِرْ لِي فَإِنَّهُ لَا يَغْفِرُ الذُّنُوبَ إِلَّا أَنْتَ». (رواه البخاري).

ترجمه: (الهی! تو پروردگار من هستی، بجز تو معبود دیگری نیست، تو مرا آفریدی، و من بنده‌ی تو هستم، و بر پیمان و عهده‌ام با تو بر حسب استطاعت خود، پایبند هستم، و از شر آنچه که انجام داده‌ام به تو پناه می‌برم، به نعمتی که به من عطا فرموده‌ای، اعتراف می‌کنم، و به گناهم اقرار منماید، پس مرا ببخشای، چرا که بجز تو کسی گناهان را نمی‌بخشاید).

فایده آن: کسی که با اعتقاد جازم در وقت شب بگوید پس در همان شب بمیرد به بهشت وارد می‌شود، و همچنین هنگام صبح.

۷- «اللَّهُمَّ إِنِّي أَصْبَحْتُ أَسْهَدُكَ وَأَشْهَدُ حَمَلَةَ عَرْشِكَ، وَمَلَائِكَتَكَ وَجَمِيعَ خَلْقِكَ، أَنْتَ اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ وَحْدَكَ لَا شَرِيكَ لَكَ وَأَنْتَ مُحَمَّدٌ عَبْدُكَ وَرَسُولُكَ». (چهار بار). هنگام شب بگوید: «اللَّهُمَّ إِنِّي أَمْسَيْتُ».

ترجمه: (الهی! من در این صبح گاه، تو را و حاملان عرش و تمام فرشتگان و کلیه مخلوقات تو را گواه می‌گیرم بر این که تو الله هستی، بجز تو معبود دیگری «بحق» وجود ندارد، تو یگانه‌ای و شریکی نداری، و محمد -صلی الله علیه وسلم- بنده و فرستاده‌ی تو است).

فایده آن: کسی که در هنگام نماز صبح و یا شب چهار مرتبه بگوید خداوند او را از آتش آزاد می‌سازد.

۸- «اللَّهُمَّ مَا أَصْبَحَ بِي مِنْ نِعْمَةٍ أَوْ بِأَحَدٍ مِنْ خَلْقِكَ فَمِنْكَ وَحْدَكَ لَا شَرِيكَ لَكَ، فَلَكَ الْحَمْدُ وَلَكَ الشُّكْرُ». رواه أبو داود والنسائي في عمل اليوم والليلة.

ترجمه: (الهی! هر نعمتی که در این صبح، شامل حال من یا یکی از مخلوقات شده، از طرف تو بوده است، تو شریکی نداری، پس ستایش و شکر از آن تو است).

فایده آن: «کسی که در هنگام صبح بگوید شکر همان روزش را ادا کرده است، و کسی که در هنگام شب بگوید شکر همان شبش را ادا نموده است.

۹- «اللَّهُمَّ عَافِنِي فِي بَدَنِي، اللَّهُمَّ عَافِنِي فِي سَمْعِي، اللَّهُمَّ عَافِنِي فِي بَصَرِي، لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ، اللَّهُمَّ أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْكُفْرِ، وَالْفَقْرِ، وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ عَذَابِ الْقَبْرِ، لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ». (سه مرتبه). رواه أبو داود وأحمد.

ترجمه: (بار الها! در بدنم عافیت ده، بار الها! در گوشم عافیت ده، خدایا! در چشمم عافیت ده، بجز تو معبود دیگری «بحق» وجود ندارد، از کفر به تو پناه می‌برم، از فقر به تو پناه می‌برم، از عذاب قبر به تو پناه می‌برم، بجز تو معبود دیگری «بحق» وجود ندارد).

۱۰- «حَسْبِيَ اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ وَهُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ». (هفت مرتبه). (أخرجه ابن السني مرفوعاً وأبو داود موقوفاً).

ترجمه: (الله برای من کافی است، بجز او معبود دیگری «بحق» نیست، بر تو توکل کردم و او پروردگار عرش بزرگ است). [این دعا هفت مرتبه خوانده شود].

فایده اش: «کسی که ۷ مرتبه هنگام صبح و شام بگوید خداوند او را از هر امر دنیا و آخرت کفایت می‌کند».

۱۱- «اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الْعَفْوَ وَالْعَافِيَةَ فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ، اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الْعَفْوَ وَالْعَافِيَةَ فِي دِينِي وَدُنْيَايَ، وَأَهْلِي، وَمَالِي، اللَّهُمَّ اسْتُرْ عَوْرَاتِي، وَأَمِنْ رَوْعَاتِي، اللَّهُمَّ احْفَظْنِي مِنْ بَيْنِ يَدَيْ، وَمِنْ خَلْفِي، وَعَنْ يَمِينِي، وَعَنْ شِمَالِي، وَمِنْ قُوْفِي، وَأَعُوذُ بِعِظَمَتِكَ أَنْ أُغْتَالَ مِنْ تَحْتِي». (رواه أبو داود وابن ماجه).

ترجمه: (الهی! عفو و عافیت دنیا و آخرت را از تو می‌خواهم. بار الها! عفو و عافیت دین، دنیا، خانواده و مالم را از تو مسألت منمایم. بار الها! عیوب مرا بیوشان و ترس مرا به ایمنی مبدل ساز. الهی! مرا از جلو، پشت سر، سمت راست و چپ و بالای سرم، محافظت بفرما، و به بزرگی و عظمت تو پناه میبرم از اینکه بطور ناگهانی از طرف پایین کشته شوم).

۱۲- «اللَّهُمَّ عَالِمَ الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ فَاطِرَ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ، رَبَّ كُلِّ شَيْءٍ وَمَلِيكَهُ، أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ، أَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ نَفْسِي، وَمِنْ شَرِّ الشَّيْطَانِ وَشَرِيكِهِ، وَأَنْ أَفْتَرِفَ عَلَى نَفْسِي سُوءاً، أَوْ أُجْرَهُ إِلَى مُسْلِمٍ». (رواه الترمذي وأبو داود).

ترجمه: (بار الها! ای داننده‌ی نهان و آشکار، آفریدگار آسمان‌ها و زمین، پروردگار و مالک هر چیز، من گواهی می‌دهم که بجز تو، معبود دیگری نیست، از شر نفس و از شر شیطان و دام فریبش، و از اینکه خود مرتکب کار بدی شوم و یا به مسلمانی، بدی برسانم، به تو پناه میبرم).

۱۳- «بِسْمِ اللَّهِ الَّذِي لَا يَضُرُّ مَعَ اسْمِهِ شَيْءٌ فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي السَّمَاءِ وَهُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ». (۲ مرتبه). (رواه أبو داود والترمذي وابن ماجه وأحمد).

ترجمه: (به نام خدایی که با نام وی هیچ چیز در زمین و آسمان، گزندی نمرساند، و او شنوا و دانا است).

۱۴- «رَضِيتُ بِاللَّهِ رَبًّا، وَبِالْإِسْلَامِ دِينًا، وَبِمُحَمَّدٍ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ نَبِيًّا وَرَسُولًا». (سه مرتبه). (رواه أبو داود والترمذي والنسائي وأحمد).

ترجمه: (به ربوبیت الله، و به داشتن دین اسلام، و پیامبری محمد -صلی الله علیه وسلم- راضی و خشنود هستم).

فایده اش: «کسی که هنگام صبح و شام سه مرتبه بگوید خداوند بزرگ روز قیامت او را خوشنود و راضی می‌گرداند».

۱۵- «يَا حَيُّ يَا قَيُّوْمُ بِرَحْمَتِكَ أَسْتَغِيثُ أَصْلِحْ لِي شَأْنِي كُلَّهُ وَلَا تَكِلْنِي إِلَى نَفْسِي طَرْفَةَ عَيْنٍ». (رواه الحاكم وصححه ووافقه الذهبي).

ترجمه: (ای زنده و پا برجا! به وسیله ی رحمت تو از تو کمک می‌خواهم، همه ی امورم را اصلاح بفرما، و مرا به اندازه ی یک چشم به هم زدن به حال خود رها مکن).

۱۶- «أَصْحَحْنَا عَلَى فِطْرَةِ الْإِسْلَامِ، وَعَلَى كَلِمَةِ الْإِخْلَاصِ، وَعَلَى دِينِ نَبِيِّنَا مُحَمَّدٍ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، وَعَلَى مِلَّةِ أَبِينَا إِبْرَاهِيمَ، حَنِيفًا مُسْلِمًا وَمَا كَانَ مِنَ الْمُشْرِكِينَ». (رواه أحمد).

ترجمه: (ما بر فطرت اسلام، کلمه ی اخلاص، دین پیامبرمان محمد -صلی الله علیه وسلم- و آئین پدرمان ابراهیم؛ صبح کردیم، همان ابراهیمی که فقط به سوی حق، تمایل داشت و فرمانبردار خداوند بود، و از مشرکان نبود).

۱۷- «سُبْحَانَ اللَّهِ وَبِحَمْدِهِ». (۱۰۰ مرتبه). (رواه مسلم).

ترجمه: (پاک و منزّه است خداوند، و من ستایش او را بیان می‌کنم).

فایده اش: کسی که هنگام صبح و شام صد مرتبه بگوید، در روز قیامت کسی بهتر از او توشه‌ای نیاورده، مگر شخصی که مانند وی گفته یا بر آن افزوده باشد.

فایده دیگری: «گناهانش بخشیده می‌گردد اگرچه مانند کف دیار باشد».

۱۸- «لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ، وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ». (صد بار هنگام صبح بگوید). (روه البخاري ومسلم).

ترجمه: (بجز الله معبود دیگری «بحق» نیست، او شریکی ندارد، پادشاهی از آن اوست، و او بر هر چیز توانا است).

فایده‌اش: کسی که روزی صد مرتبه بگوید:

۱ - ثواب کردن آزادکردن ده غلام دارد.

۲ - و صد نیکی برایش نوشته می‌شود.

۳ - و صد گناه از او پاک می‌گردد.

۴ - و تاهنگام شب برایش سنگر و پناهگاه می‌شود از شیطان، چنانکه در حدیث آمده است.

۱۹- «أَسْتَغْفِرُ اللَّهَ وَأَتُوبُ إِلَيْهِ». (صد بار در روز گفتن). (رواه البخاری و مسلم).

ترجمه: (من از الله طلب آمرزش می‌کنم و به سوی او برمی‌گردم).

۲۰- «اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ عِلْمًا نَافِعًا، وَرِزْقًا طَيِّبًا، وَعَمَلًا مُتَقَبَّلًا». در هنگام صبح بگوید. (رواه ابن ماجه).

ترجمه: (بار الها! از تو علم سودمند، رزق پاک و عمل مقبول مسألت منمایم).

۲۱- «سُبْحَانَ اللَّهِ وَبِحَمْدِهِ: عَدَدَ خَلْفِهِ، وَرِضًا نَفْسِهِ، وَزِينَةَ عَرْشِهِ وَمِدَادَ كَلِمَاتِهِ». (سه مرتبه)، (رواه مسلم).

ترجمه: (تسبیح و پاکی الله و ستایش او را به تعداد آفریدگانش خشنودی‌اش و سنگی عرشش و جوهر سخنانش، بیان منمایم).

۲۲- «أَعُوذُ بِكَلِمَاتِ اللَّهِ التَّامَّاتِ مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ». (سه مرتبه در هنگام شب). (رواه الترمذی و ابن ماجه و أحمد).

و هر بار این اذکار را بخواند به سنتی از سنتها عمل نموده است، پس برای مسلمان شایسته است که برای بدست آوردن پاداش بسیار بر این اذکار صبح و شام محافظت نماید و شایسته است که از روی اخلاص و راستی و یقین این اذکار را بگوید، و سعی نماید معانی و مفهوم آنها را در اخلاق و زندگی و روزمره‌اش پیاده نماید.

سنتهای ملاقات با مردم

۱- سلام

از رسول الله -صلی الله علیه وسلم- سؤال شد: کدام اسلام خوب است؟ فرمود: غذا بدهی، و بر هر کسی که می‌شناسی و نمی‌شناسی سلام بکنی». (رواه البخاری و مسلم).

مردی بر پیامبر -صلی الله علیه وسلم- وارد شد آنگاه عرض کرد: السلام علیکم. رسول خدا جوابش را داد، آن مرد نشست، حضرت -صلی الله علیه وسلم- فرمود: «ده تا» سپس شخصی دیگری آمد و گفت: السلام علیکم ورحمة الله. رسول خدا جوابش را داد، آن مرد نشست حضرت -صلی الله علیه وسلم- فرمود: «ببست تا» سپس شخص دیگری آمد و گفت: **السلام علیکم ورحمة الله وبرکاته**، پیامبر جوابش را داد، آن مرد نشست، پیامبر -صلی الله علیه وسلم- فرمود: «سی تا». (رواه أبوداود و حسن الترمذی).

بنگر ای مسلمان، آنکسی که سلام را بطور کامل نمی‌گوید چقدر اجر پاداش را از دست داده است، پس اگر تکمیل کند ۳۰ نیکی بدست می‌آورد و هر نیکی با کمترین تقدیر به ده نیکی تبدیل می‌گردد پس مجموع نیکیهای سلام ۳۰۰ نیکی، و گاهی بیشتر نیز می‌باشد، لذا ای برادر عزیزم زبان خود را به تکمیل کردن لفظ سلام تا «برکاته» عادت بده تا این پاداش بزرگ را بدست آوری.

شخص مسلمان در شبانه‌روز بارها و بارها سلام می‌کند. مثلاً هنگام ورود به مسجد به حاضرین در مسجد سلام می‌کند، هنگام بیرون شدن از مسجد، هنگام ورود به منزل، هنگام خروج از منزل ... ای برادر، هرگز فراموش نکن که سنت چنین است که شخص وقتی می‌خواهد از کسی جدا شود باید سلام بکند، بدلیل حدیث: «هر گاه یکی از شما به مجلسی وارد شد باید سلام بکند، و هر گاه خواست از آنها جدا شود نیز سلام بکند، زیرا که سلام اولی سزاوارتر از دومی نیست». (رواه أبوداود و الترمذی).

اگر مسلمان بر سلام کردن محافظت کند و در هر ورود و خروج از مسجد و خانه، و محل کار و در راه و هنگام مکالمات تلفنی، و ... در شبانه‌روز بیش از ۲۰ بار می‌شود و شاید هم بیشتر باشد.

۲- لبخند زدن

بدرستی که پیامبر اکرم -صلی الله علیه وسلم- فرمود: «هرگز چیزی از (کارهای) خوب و نیک را کوچک نشمار، اگر که برادر (مسلمان) را با لیخند ملاقات کنی». (رواه مسلم).

۳- مصافحه کردن

حضرت رسول الله -صلی الله علیه وسلم- فرموده است: «هنگامی که دو مسلمان با همدیگر ملاقات می‌کنند پس دست همدیگر را می‌گیرند و مصافحه می‌کنند، پیش از اینکه از یکدیگر جدا شوند گناهایشان آمرزیده می‌شود». (رواه ابوداود والترمذی وابن ماجه).

امام نووی می‌فرماید: بدانکه اینگونه سلام و مصافحه هنگام هر دیدار مستحب می‌باشد. پس ای برادر مسلمان، بکوش که هنگامی که به کسی سلام می‌کنی با چهره‌ای باز و خندان با او ملاقات کنی و دست او را بگیری و با وی مصافحه نمایی، تا اینکه یک وقت به سه سنت عمل کرده باشی.

۴- گفتار نیکو (کلمه طیبه)

خداوند بزرگ می‌فرماید:

(وَقُلْ لِعِبَادِي يَقُولُوا الَّتِي هِيَ أَحْسَنُ إِنَّ الشَّيْطَانَ يَنْزِعُ بَيْنَهُمْ إِنَّ الشَّيْطَانَ كَانَ لِلْإِنْسَانِ عَدُوًّا مُّبِينًا) (الإسراء: ۵۳).

ترجمه: به بندگام بگو: سخنی را بگویند که بهترین باشد. همانا شیطان میان شان دشمنی و آشوب می‌افکند زیرا که شیطان دشمن آشکار انسان است.

و رسول اکرم -صلی الله علیه وسلم- فرمود: «گفتار خوب و نیک گفتن صدقه است». (رواه البخاری و مسلم).

گفتار نیکو: شامل ذکر و دعا و سلام و مدح و ستایش و ادب بزرگواری در اخلاق و کردار می‌باشد.

گفتار خوب و پسندیده: مانند جادو در انسان اثر می‌گذارد و خاطر او را آسوده می‌گرداند و آرامش به دل او وارد می‌کند.

گفتار نیکو و پسندیده: بیانگر آن نور و هدایتی است که در قلب مؤمن وجود دارد.

پس ای برادر بزرگوار، هیچ فکر کرده‌ای که از صبح تا شب با سخن نیکو و پسندیده زندگی خود را آباد کنی، زیرا که همسرت، فرزندان، همسایگان و دوستان، و خدمتگزاران و کسانی که با آنها سر و کار داری همه نیازمند سخن و گفتار نیک و پسندیده‌ات هستند.

سنت‌های غذا خوردن

سنت‌های قبل از غذا و هنگام صرف غذا:

۱ - گفتن نام خدا.

۲ - با دست راست خوردن.

۳ - از جلوی خود خوردن.

این سنتها همه یکجا در یک حدیث جمع شده است: «ای پسر، نام خدا را بگیر و با دست راست بخور، و از جلو خودت بخور». (رواه مسلم).

۴ - پاک نمودن لقمه و خوردن آن اگر که از دست بیفتد بدلیل حدیث: «هر گاه لقمه‌ی یکی از شما افتاد، اگر چیزی به آن چسبیده پاک کند، سپس آن را بخورد». (رواه مسلم).

۵ - با سه انگشت غذا خوردن: «حضرت رسول الله -صلی الله علیه وسلم- با سه انگشت غذا می‌خوردند». (رواه مسلم).

معمولاً پیامبر -صلی الله علیه وسلم- چنین غذا می‌خوردند، و این کار افضل و بهترین است مگر اینکه نیاز و ضرورتی وجود داشته باشد.

کیفیت نشستن: زانو بزند و بر کف پاهایش بنشیند، یا اینکه پای راست را ایستاده نگه دارد و بر پای چپش بنشیند.

این کیفیت که ذکر شد مستحب می‌باشد. چنانکه حافظ ابن حجر در کتاب فتح الباری ذکر نموده است.

سنت‌های بعد از غذا

۱ - لیسیدن کاسه و انگشتان.

چونکه پیامبر -صلی الله علیه وسلم- به لیسیدن انگشتان و کاسه امر نموده، و فرموده: «زیرا که شما نمی‌دانید در کدام قسمت از غذا برکت است». (رواه مسلم).

۲ - ستایش خداوند بعد از غذا خوردن.

«همانا خداوند از بنده‌اش خوشنود می‌گردد هنگامی که غذای را بخورد سپس ستایش او را بجای آورد». (رواه مسلم).
دعای پیامبر -صلی الله علیه وسلم- چنین بود: «الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي أَطْعَمَنِي هَذَا وَرَزَقَنِيهِ، مِنْ غَيْرِ حَوْلٍ مِنِّي وَلَا قُوَّةٍ». (ستایش از آن خدائست که این غذا را به من داد، و بدون توانایی و قدرتی از من آن را روزیم نمود).

فایده و نتیجه این دعا:

«گناهان گذشته‌اش بخشیده می‌شود». (رواه ابوداود و الترمذی و ابن ماجه، و حسنه الحافظ والألبانی).
اگر فرد مسلمان بر انجام دادن این سنتها کوشا باشد چیزی در حدود ۱۵ سنت می‌باشد، و این در صورتی که سه وعده غذا بخورد چنانکه معمول می‌باشد، و گاهی نیز بر این سنتها افزوده می‌گردد اگر که بیش از سه وعده غذا بخورد.

سنتهای نوشیدن

- ۱ - گفتن نام خدا.
 - ۲ - با دست راست نوشیدن، بدلیل حدیث: «ای پسرک، نام خدا را بگیر، و با دست راست بخور...».
 - ۳ - نفس کشیدن در بیرون (از طرف آب) هنگام آب خوردن (یعنی اینکه سه مرتبه نفس بکشد و به یک نفس آب ننوشد). پیامبر -صلی الله علیه وسلم- ۳ بار هنگام نوشیدن نفس می‌کشید.
 - ۴ - حالت نشسته نوشیدن: «هرگز یکی از شما ایستاده ننوشد». (رواه مسلم).
 - ۵ - گفتن: «الْحَمْدُ لِلَّهِ» بعد از نوشیدن: (همانا خداوند از بنده‌اش خوشنود می‌گردد هنگامی که غذای را بخورد سپس ستایش او را بجای آورد و نوشیدنی را بنوشد سپس ستایش او را بجای آورد). (رواه مسلم).
- و مجموع این سنتها از ۲۰ سنت کمتر نیست، اگر شخص مسلمان بر انجام دادن آنها بکوشد، و این سنتها شامل نوشیدنیهای گرم و سرد می‌باشد، از آن جای که برخی مردم هنگام بعضی از نوشیدنیها از این سنتها غافل می‌شوند، شایسته بود که این نکته را یادآوری نمایم.

ادا نمودن نمازهای سنت در منزل

- ۱ - حضرت رسول الله -صلی الله علیه وسلم- فرمود: «بجز نمازهای فرض، همانا بهترین نماز شخص، نماز خواندن در خانه است». (متفق علیه).
 - ۲ - و فرموده است: «نماز سنتی که شخص در جای ادا می‌کند که کسی او را نمی‌بیند، برابر است با ۲۵ نمازی که مردم او را ببینند». (رواه ابویعلی و صححه الألبانی).
- بنابراین نمازهای سنت در شبانه‌روز تکرار می‌شود، نمازهای سنت راتبه بعد و قبل از فرایض و نماز ضحی و وتر، پس شخص نمازگزار کوشش نماید که اینگونه نمازها را در خانه‌اش بخواند تا اینکه پاداش بزرگی حاصل نماید و همچنین به سنت عمل نموده باشد.

فایده ادای نماز سنت در منزل:

- أ - سبب اخلاص و خضوع بیشتر می‌گردد و دور از خودنمایی است.
- ب - باعث نازل شدن رحمت الهی در منزل می‌گردد، و همچنین سبب بیرون شدن از شیطان از خانه می‌گردد.
- ت - سبب می‌شود که اجر و پاداش نماز چندین برابر شود، چنانکه ادای نماز فرض در مسجد اجر و پاداش آن چندین برابر می‌گردد.

سنت و آداب برخاستن از مجلس

دعای کفاره‌ی مجلس بگوئی و آن عبارت است از «سُبْحَانَكَ اللَّهُمَّ وَبِحَمْدِكَ، أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ، أَسْتَغْفِرُكَ وَأَتُوبُ إِلَيْكَ». (رواه أصحاب السنن).

در شبانه‌روز چقدر مجالس وجود دارد که مسلمان در آنجا حاضر می‌گردد و می‌نشیند سپس بر می‌خیزد، ما در اینجا برخی از این مجالس را ذکر می‌کنیم:

- ۱ - هنگام صرف غذا (در سه وعده)، بدون شک که شما با کسانی که سر سفره با شما نشسته‌اند صحبت می‌کنید ...
- ۲ - وقتی که فردی از دوستان یا همسایه‌ات را می‌بینی و با او صحبت می‌کنی هرچند که ایستاده باشی ...
- ۳ - هنگامی که با همکاران و دوستان در محل کار یا در کلاس درس می‌نشینید.
- ۴ - هنگامی که با زن و فرزندان می‌نشینی و با یکدیگر صحبت می‌کنید.
- ۵ - وقتی که در ماشین سواری و همسر یا دوست همراه شما در ماشین نشسته است.
- ۶ - وقتی که به مجلس درس یا سخنرانی حاضر می‌شوی.

خداوند تو را حفظ کند، بنگر چند مرتبه در شبانه‌روز این دعا و ذکر را تکرار نموده‌ای در این صورت ارتباط شما همیشه با پروردگار است، پس چند مرتبه ستایش پروردگارت را گفته‌ای، و از آنچه که شایسته عظمت و جلالش نیست او را پاک و منزّه داشته‌ای، هنگامی که می‌گویی: «سُبْحَانَكَ اللَّهُمَّ وَبِحَمْدِكَ». و چند بار در شبانه‌روز از آنچه که مرتکب شده‌ای بواسطه توبه و استغفار با پروردگارت تجدید عهد نموده‌ای هنگامی که می‌گویی: «أَسْتَغْفِرُكَ وَأَتُوبُ إِلَيْكَ» و چند بار به یگانگی خداوند اقرار نموده‌ای، یگانگی در ربوبیت، و یگانگی در الوهیت و یگانگی در اسماء و صفاتش، وقتی که می‌گویی: «أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ».

پس بدینگونه در تمام شبانه‌روز توحید و یکتای خداوند را می‌گویی و او را به پاکی یاد می‌کنی، و از آنچه مرتکب شده‌ای توبه و استغفار می‌نمایی.

فایده عمل نمودن به این سنت

سبب کفاره و بخشش گناهان و بدیهایی که در آن مجلس مرتکب شده می‌گردد.

نکته:

امام ابن قیم می‌فرماید: نشستن و جمع شدن با دوستان و برادران و دو نوع است: یکی: جمع شدن برای خوش نمودن نفس و گذراندن وقت، پس اینگونه زیانش راجح‌تر از فایده‌اش می‌باشد، و کمترین زیانش اینست که قلب را فاسد ویران می‌گرداند و وقت را تلف می‌کند. دوم: جمع شدن و نشستن با دوستان و برادران برای همکاری در اموری که سبب نجات است، یکدیگر را به حق سفارش نمودن، پس اینگونه مجالس بزرگترین غنیمت و سودمندترین مجالس بشمار می‌آید.

نیت و قصد خوب و نیک داشتن

خداوند تو را حفظ کند، بدانکه تمام کارهای مباح و جایزی که انجام می‌دهی از خواب و خوردن و بدست آوردن رزق و روزی و غیره، همه اینها را می‌توان تبدیل به طاعات و قربان نمود، به شرط اینکه هنگام انجام دادن این اعمال نیت تقرب به درگاه الهی داشته باشی.

حضرت رسول الله -صلی الله علیه وسلم- فرمود: «بدرستی که همه اعمال و کردارها به نیتها بستگی دارند، و برای کس است آنچه نیت کرده است (مطابق نیتش با وی رفتار می‌شود) ...». (رواه البخاری و مسلم).

مثال: شخص مسلمان شب زود می‌خوابد تا اینکه برای نماز شب و یا نماز صبح بیدار شود، پس در این حالت خوابیدنش برایش عبادت محسوب می‌گردد. همچنین بقیه اعمال مباح و جایز .

غنیمت شمردن یک وقت برای چندین عبادت

غنیمت شمردن وقت برای انجام دادن بیش از یک عبادت فنی خاصی است که فقط آنهایی که بر اوقاتشان محافظت می‌کنند می‌دانند.

و این در زندگی روزمره ما چندین صورت علمی دارد:

۱ - هنگامی که مسلمان به مسجد می‌رود، پیاده یا با ماشین بدرستی که رفتنش به سوی مسجد خود عبادت است و بخاطر این کار به وی پاداش داده می‌شود، ولی می‌تواند این وقت را غنیمت بشمارد برای ذکر خدا یا قراءت قرآن، پس در این صورت یک وقت واحد را برای بیش از یک عبادت غنیمت شمرده است.

۲ - زن مسلمان هنگامی که در منزل کارهای خانه را انجام می‌دهد، اگر نیت تقرب به درگاه الهی داشته باشد، برایش عبادت محسوب می‌گردد، پس می‌تواند با عبادت‌های دیگر مانند ذکر خدا، گوش فرادادن به نوار اسلامی، از این اوقات استفاده ببرد.

از عبدالله عمر رضی الله عنها روایت است که می‌فرماید: (ما در یک مجلس صد بار می‌شمردیم که رسول خدا فرمود: «رَبِّ اغْفِرْ لِي وَتُبْ عَلَيَّ إِنَّكَ أَنْتَ التَّوَّابُ الْعَفُورُ»). ای پروردگارا، مرا ببامرز، و توبه‌ام را بپذیر، بدرستی که تو توبه پذیر و بسیار مهربانی). (رواه ابوداود و الترمذی).

پس تأمل کن و ببیندیش که حضرت رسول الله -صلی الله علیه وسلم- چگونه یک وقت را برای انجام دو عبادت غنیمت می‌شمرد.

(۱) ذکر خداوند و استغفار

(۲) نشستن با یاران و اصحاب برای آموزش دادن امور دین به آنها.

در هر حال خدا را یادکردن

۱ - ذکر خدا اساس و پایه عبودیت و بندگی است، زیرا که نشانه‌ی رابطه بنده با پروردگارش در تمام اوقات و احوال می‌باشد.

از حضرت عایشه رضی الله عنها روایت است که فرمود: «حضرت رسول خدا -صلی الله علیه وسلم- در هر حال خدا را یاد می‌کردند». (رواه مسلم).

بنابراین ارتباط با خدا زندگی است، و پناه بردن بسوی او نجات است، و نزدیک شدن به وی رستگاری و خوشنودی است، و دور شدن از او گمراهی و زیان است.

۲ - ذکر خدا کردن همانا نشانه‌ی جدایی بین مؤمنان و منافقان می‌باشد، زیرا که منافقان خیلی کم خدا را یاد می‌کنند.

۳ - شیطان هرگز بر انسان چیره نمی‌شود مگر در صورتی که از یاد خدا غفلت نماید، بنابراین ذکر و یاد خدا دژ محکمی است که انسان می‌تواند بوسیله آن خود را از حيله و نیرنگ شیطان محفوظ نگاه دارد. و شیطان همیشه دوست می‌دارد که انسان ذکر خدا را فراموش کند.

۴ - ذکر کردن همانا راه سعادت خوشبختی است، خداوند می‌فرماید:

(أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ). (الرعد: ۲۸).

۵ - باید به طور مستمر خدا را یاد کرد، چونکه بهشتیان در روز قیامت بر هیچ چیز حسرت نمی‌خورند مگر بر لحظه‌ای که در دنیا بدون ذکر خدا سپری نموده‌اند. (بطور استمرار ذکر نمودن یعنی پیوند و ارتباط مستمر با خداوند).

امام نووی می‌فرماید: علما اجماع دارند که برای شخص بی‌وضو، جنب و حائض و نفساء، جایز است که با قلب یا زبان - بجز تلاوت قرآن - خدا را یاد کند، مانند: **سبحان الله، الحمد لله، لا اله الا الله، الله اكبر**، و درود و سلام بر پیامبر -صلی الله علیه وسلم- و دعاء.

۶ - کسی که خدا را یاد کند خداوند او را یاد می‌فرماید: خداوند می‌فرماید:

(فَاذْكُرُونِي أَذْكُرْكُمْ) (البقرة: ۱۵۲)

در این دنیا هنگامی که به شخصی گفته می‌شود فلان پادشاه یا رئیس تو را در مجلس خودش یاد نموده و ستوده چقدر خوشحال می‌گردد، پس هنگامی که پادشاه پادشاهان (ملک الملوک) در بهترین مجلس نزد فرشتگان او را یاد کند حال آن بنده چگونه خواهد بود.

۷ - هدف از ذکر خدا تکرار برخی کلمات نیست که زبان تکرار کند و قلب از طاعت و تعظیم خداوند غافل باشد، بلکه همراه با ذکر زبان باید در معنای آن کلمات تدبیر و تفکر کرد، خداوند فرموده است:

(وَأَذْكُر رَبَّكَ فِي نَفْسِكَ تَضَرُّعًا وَخِيفَةً وَدُونَ الْجَهْرِ مِنَ الْقَوْلِ بِالْغُدُوِّ وَالْآصَالِ وَلَا تَكُنْ مِنَ الْغَافِلِينَ). (الأعراف: ۲۰۵).

بنابراین باید انسان ذکرکننده بداند که چه می‌گوید پس ذکر قلب با ذکر زبان یکجا جمع شوند، تا اینکه انسان بطور ظاهر و باطن با پروردگارش ارتباط بگیرد.

در نعمتهای الهی تفکر نمودن

حضرت رسول الله -صلی الله علیه وسلم- می‌فرماید: «در نعمتهای خداوند تفکر کنید و در ذات خداوند تفکر نکنید». (رواه الطبرانی فی الأوسط والبیهقی فی الشعب وحسنه الألبانی).

از اموری که برای شخص مسلمان بارها در شبانه‌روز تکرار می‌شود، احساس و درک نعمتهای الهی بر وی می‌باشد، چقدر از نعمتهای الهی در شبانه‌روز می‌بیند و می‌شنود که بر او واجب می‌گردد در آنها تفکر و تأمل نماید و شکر ستایش خدا را بخاطر آن نعمت‌ها به جای آورد.

۱ - آیا نعمت خدا بر خود احساس نموده‌ای هنگامی که به مسجد می‌روی، که چقدر از مردم در اطراف تو هستند که از این نعمت محرومند، به خصوص هنگام حضور در نماز صبح، که به خانه‌های مسلمان وقتی نگاه می‌افکنی همچنان مردگان در خواب عمیق فرو رفته‌اند؟

۲ - آیا نعمت خدا را بر خود احساس کرده‌ای هنگامی که در کوچه و خیابان راه می‌روی، و مناظر گوناگون را مشاهده می‌کنی، یکی با ماشین تصادف کرده، دیگری صدای شیطان (ترانه) از ماشینش بلند است و دیگری ...

۳ - آیا هنگامی که درباره گرسنگی در جهان و سیلاب و انتشار بیماریها، و وقوع حادثه‌ها، زلزله و جنگ‌ها و مهاجرت‌ها و غیره ... می‌شنوی یا در روزنامه‌ها می‌خوانی نعمت خداوند را بر خود دیده و احساس نموده‌ای؟

می‌گویم: بدون شک بنده موفق آن کسی است که هرگز نعمتهای خداوند از قلب و افکارش پنهان نمی‌گردد بلکه در هر موقف و حالتی خدا را ستایش می‌کند، و بخاطر آن نعمتهای فراوانی که به وی ارزانی داشته است، از نعمت دین، تندرستی و سلامتی، امن و امان و خوشی و ... قدردانی کرده و شکرش را بجا می‌آورد.

در حدیث آمده است که پیامبر -صلی الله علیه وسلم- فرمود: «کسی که شخص (مصیبت‌زده) مبتلای را ببیند پس بگوید: «الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي عَاقَبَنِي مِمَّا ابْتَلَاكَ بِهِ وَفَضَّلَنِي عَلَى كَثِيرٍ مِمَّنْ خَلَقَ تَفْضِيلًا». (ستایش خدایی را که از آنچه تو را بدان مبتلا ساخته و مرا از آن، عافیت بخشیده است، و بر بسیاری از مخلوقات، برتری داده است). هرگز آن بلا و مصیبت به وی نمی‌رسد».

خداوند می‌فرماید:

(فَاذْكُرُوا آيَةَ اللَّهِ لَعَلَّكُمْ تَفْلِحُونَ). (الأعراف: ۶۹). (نعمتهای خدا را به یاد آورید که شاید رستگار شوید).

هر ماه قرآن را ختم کردن

پیامبر -صلی الله علیه وسلم- می‌فرماید: «هر ماه قرآن را بخوان». (رواه ابوداود).

روش ختم کردن قرآن در یک ماه:

هر روز ده دقیقه قبل از نماز فرض به مسجد برو، تا بتوانی دو صفحه قرآن تلاوت کنی، در یک روز ده صفحه می‌شود، که خودش یک جزء است، پس بدین روش به آسانی شما می‌توانید در یک ماه یک بار قرآن را ختم نمایید.

سننهای قبل از خواب

- ۱ - گفتن: «بِسْمِكَ اللَّهُمَّ أَمُوتُ وَأَحْيَا». «ای خدایا، با نام تو می‌میرم و زنده می‌شوم». (رواه البخاری).
- ۲ - در دو کف دستش: (قُلْ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ) و (قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ الْقَلْقِ) و (قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ النَّاسِ). می‌خواند، پس در آن می‌دمد، و به تمام بدنش می‌کشد، از سر و صورتش آغاز نماید و این کار را سه بار تکرار کند. (رواه البخاری).
- ۳ - خواندن آیت الکرسی: (اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْحَيُّ الْقَيُّومُ). (رواه البخاری).

فایده خواندن آیت الکرسی:

کسی که آنرا بخواند پیوسته از طرف خداوند حافظ و نگهبان دارد و شیطان به وی نزدیک نمی‌شود، چنانچه در حدیث صحیح آمده است.

گفتن این ادعیه:

«بِسْمِكَ رَبِّي وَصَعْتُ جَنِّي، وَبِكَ أَرْفَعُهُ، فَإِنْ أَمَسَّكَتَ نَفْسِي فَارْحَمَهَا، وَإِنْ أَرْسَلْتَهَا فَاحْفَظْهَا بِمَا تَحْفَظُ بِهِ عِبَادَكَ الصَّالِحِينَ». (رواه البخاری و مسلم). (پروردگارا! به نام تو پهلوی خود را بر زمین نهادم، و به کمک تو آنرا از زمین، بلند می‌کنم، اگر در حالت خواب روح مرا قبض کردی، آن را ببخشای، و اگر دوباره به او اجازه‌ی زندگی دادی، از آن محافظت فرما، همچنان که از بندگان نیکت محافظت کنی).

«اللَّهُمَّ إِنَّكَ خَلَقْتَ نَفْسِي وَأَنْتَ تَوَفَّاهَا، لَكَ مَمَاتُهَا وَمَحْيَاهَا، إِنْ أَحْيَيْتَهَا فَاحْفَظْهَا، وَإِنْ أَمَتَّهَا فَاعْفِرْ لَهَا، اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الْعَافِيَةَ». (رواه مسلم). (بار الها! تو جان مرا آفریدی، و تو آن را دوباره پس می‌گیری، مرگ و زندگی آن بدست تو است. الهی! اگر زنده اش نگهداشتی، از او محافظت کن، و اگر آن را میراندی، پس مورد آمرزش قرار ده. الهی! من از تو عافیت می‌خواهم).

«اللَّهُمَّ قِنِي عَذَابَكَ يَوْمَ تَبْعَثُ عِبَادَكَ». (سه مرتبه). (الهی! روزی که بندگان را حشر می‌کنی، مرا از عذابت نجات ده). وقتی که دست راستش زیر گونه‌اش می‌گذارد بخواند. (رواه أبو داود و الترمذی).

۴ - «سُبْحَانَ اللَّهِ» [۳۳ مرتبه]، و «الْحَمْدُ لِلَّهِ» [۳۳ مرتبه]، و «اللَّهُ أَكْبَرُ» [۳۴ مرتبه]. (رواه البخاری و مسلم).

«الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي أَطْعَمَنَا وَسَقَانَا، وَكَفَانَا، وَأَوَانَا، فَكَمْ مِمَّنْ لَا كَافِيَ لَهُ وَلَا مُؤْوِيَّ». (رواه مسلم).

(تمام ستایش‌ها خدائی راست که ما را خوراند و نوشانید، و تمام امور را کفایت کرد و به ما جای پناه داد، براستی که چقدر از مردم هستند که هیچ گونه مددکار و پناه دهنده‌ای ندارند).

۵ - «اللَّهُمَّ عَالِمَ الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ فَاطِرَ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ، رَبَّ كُلِّ شَيْءٍ وَمَلِيكَهٗ، أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ، أَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ نَفْسِي، وَمِنْ شَرِّ الشَّيْطَانِ وَشَرِّكَهٖ، وَأَنْ أَقْتَرِفَ عَلَى نَفْسِي سُوءًا، أَوْ أُجْرَهُ إِلَى مُسْلِمٍ». (رواه أبو داود و الترمذی).

۶ - «اللَّهُمَّ أَسَلَمْتُ نَفْسِي إِلَيْكَ، وَقَوَّضْتُ أَمْرِي إِلَيْكَ، وَوَجَّهْتُ وَجْهِي إِلَيْكَ، وَأَلْبَجْتُ ظَهْرِي إِلَيْكَ، رَغْبَةً وَرَهْبَةً إِلَيْكَ لَا مَلْجَأَ وَلَا مَنجَا مِنْكَ إِلَّا إِلَيْكَ، أَمَنْتُ بِكِتَابِكَ الَّذِي أَنْزَلْتَ وَبِنَبِيِّكَ الَّذِي أَرْسَلْتَ». (رواه البخاری و مسلم).

۷ - خواندن دو آیه آخر سوره بقره: (أَمَّا الرَّسُولُ فَمَا أَنْزَلَ إِلَيْهِ مِنْ رَبِّهِ وَالْمُؤْمِنُونَ...). (البقره: ۲۸۵).

بدلیل حدیث: «کسی که این دو آیه را در شب بخواند او را کفایت می‌کنند». (رواه البخاری و مسلم).

علماء درباره معنای «کفایت می‌کند او را» اختلاف دارند گفته شده: کفایت می‌کنند او را از نماز شب، و گفته شده از هر شر و بدی و ناخوشایندی او را کفایت می‌کنند.

امام نووی می‌فرماید: امکان دارد هر دو اینها مراد باشد.

۸ - بر طهارت باشد، بدلیل حدیث «هرگاه به بسترت آمدی پس وضو بگیر».

۹ - بر پهلوی راست خوابیدن «پس بر پهلوی راستت دراز بکش». (رواه البخاری و مسلم).

۱۰ - گذاشتن دست راست زیر گونه راست. «پیامبر -صلی الله علیه وسلم- هنگامی که می‌خوابید دست راستش را زیر گونه راست می‌گذاشت». (رواه أبو داود).

۱۱ - بسترش را تکان دهد: «هر گاه یکی از شما برای خوابیدن به بستر خود رفت باید بستر خود را تکان داده و پاک نماید زیرا که نمی‌داند چه چیزی در آن جای گرفته است». (رواه البخاری و مسلم).

۱۲ - خواندن سوره: (قُلْ يَا أَيُّهَا الْكَافِرُونَ).

فایده آن: «بیزاری و برائت از شر شرک است». (رواه أبوداود و الترمذی و أحمد).

امام نووی می‌فرماید: بهتر اینست که همه اینهای که گذشت بخواند و انجام دهد، پس اگر نتوانست بر آنچه می‌تواند اکتفا کند.

ما می‌بینیم که بیشتر مردم در شبانه روز دو مرتبه می‌خوابند پس بدینگونه می‌توانید این سنتها، یا برخی از آنها را دوبار انجام دهند، چونکه این آداب و سنتها مخصوص خوابیدن در شب نیست بلکه شامل خوابیدن در روز نیز هست چونکه حدیث عام است.

فایده و ثمره انجام دادن این سنتها وقت خواب:

۱ - اگر مسلمان قبل از خوابیدن بر این اذکار و تسبیحات پایبندی و محافظت نماید ثواب ۱۰۰ صدقه برایش نوشته می‌شود. بدلیل حدیث: «هر سبحان الله صدقه است، هر الله اکبر صدقه است، هر الحمد لله صدقه است، و هر لا اله الا الله صدقه است...». (رواه مسلم). امام نووی می‌فرماید: (ثواب اینها برایش محسوب می‌گردد).

۲ - و همچنین ۱۰۰ درخت برایش در بهشت کاشته می‌شود بدلیل حدیثی که امام ابن ماجه روایت کرده است، و در مسئله اذکار بعد از نماز گذشت.

۳ - در همان شب از آفات و بدیها محفوظ می‌ماند و خداوند او را حفظ می‌کند و شیطان از وی دور می‌شود.

۴ - بنده با ذکر و نام خدا و عبادت و توکل بر او، و طلب کمک از او، و با توحید و یگانه پرستی روز خودش را به پایان می‌رساند.

خاتمه

اینها آداب و سنتهای یومیهای بود که توانستم جمع‌آوری نمایم، از خداوند مسئلت دارم که ما را بر سنت رسول خدا - صلی الله علیه وسلم - زنده بدارد و بر آن بمیراند.

وآخر دعوانا ان الحمد لله رب العالمین.