

مهمانی سه‌روزه در خانه خدا

ایام البیض به معنای روزهای سفید، به روزهای سیزدهم، چهاردهم و پانزدهم ماه قمری گفته می‌شود. در روایات بر اعتکاف و روزه گرفتن در این ایام تأکید شده است و ایام البیض رجب از اهمیتی ویژه برخوردار است. مهم‌ترین عمل در این سه‌روز اعتکاف و روزه است. علامه طباطبایی در تفسیر المیزان می‌نویسد: زمانی که حضرت مریم(س) به افتخار دیدار با فرشته الهی ناآل آمد از مردم فاصله گرفت، هدف از دوری کردن از مردم روی آوردن به سنت اعتکاف بوده است.

اعتکاف از ریشه عکف به معنای روی کردن به چیزی، مواظبت بر چیزی، روی برنگرداندن از آن و به معنای اقامت در مکانی به کار برده شده است. در اصطلاح فقهی عبارت است از: «نوعی عبادت که انسان سه روز یا بیشتر در مسجد مقیم شود و از آنجا بیرون نرود و در این مدت روزه بگیرد. البته این عمل شرایط و احکامی دارد که در کتب فقهی بیان شده است».

در تعریف دیگری آمده است: «اعتکاف، ماندن در مسجد به نحوی که از آن قصد عبادت کند و قصد عبادت دیگر، در آن شرط نیست». آنچه از این تعریف به دست می‌آید، این است که هدف از ماندن در مسجد، فقط برای بندگی و عبودیت باشد، زمانی که معتکف با این قصد و نیت در مسجد حضور پیدا می‌کند، می‌توان گفت که وی معتکف شده است.

ریشه‌های اعتکاف به پیش از اسلام می‌رسد و طبق روایات و اسناد معتبر سایر ادیان توحیدی هم این سنت را بجا می‌آوردند.

همان خلوت‌گزینی و گوشه‌گیری از مردم به انگیزه ریاضت و تأمل و اندیشه در خویشتن و هستی رویکردی است که بسیاری از بزرگان و پیامبران در سیره خود به آن پایبند بودند.

اعتکاف در زندگی انبیای الهی، زندگی حضرت سلیمان، حضرت موسی بن عمران و حضرت مریم بوده است.

حضرت مریم وقتی که افتخار ملاقات با آن فرشته را پیدا می‌کند و از مردم، جدا می‌شود و به ظاهر، انزوا می‌گزیند، به ظاهر یک نوع اعتکاف است که آن حضرت انجام داد. دستور خدای متعال به حضرت ابراهیم و اسماعیل(ع) جهت تطهیر خانه خدا برای معتکفان نیز از وجود آن در زمان‌های قبل حکایت دارد. بعد از اسلام نیز پیامبر و همچنین اهل بیت این سنت را بجا می‌آوردند.

همچنین نبی گرامی اسلام، مقید بودند که ۱۰روز آخر ماه رمضان را در کنار خانه خدا به اعتکاف بپردازند. در سنت امامان معصوم ما نیز این ویژگی وجود دارد.

در کشور ما هم طی سال‌های بعد از انقلاب و به خصوص در سال‌های اخیر سنت اعتکاف به شکلی پرشور و پررنگ‌تر از گذشته برپا می‌شود. این سنت عبادی به غیر از آثار معنوی آثار متعدد فردی و اجتماعی دارد که می‌تواند هم حال معتکفین را بهتر کند و هم در نهایت برکاتش شامل حال عموم جامعه شود.

جوانان، ۷۰ درصد معتکفان

اگر شما هم تجربه حضور در مراسم معنوی اعتکاف را داشته باشید تأیید می‌کنید که جوانان پیشقراولان حضور در این مراسم هستند. اصلاً ماجرا به گونه‌ای است که با حضور در مساجد که اعتکاف در آنها برگزار می‌شود، تمام پیش‌فرض‌های ذهنی شما درباره کم‌رنگ شدن باورهای دینی در نسل جوان و دهه هشتادی‌ها و نسل زد و مسائل این‌چنینی به هم می‌ریزد. اینجا اغلب حاضران، دهه هفتادی و دهه هشتادی هستند. جوانان پرشور و نشاطی که نه فقط باورهای مذهبی‌شان کم‌رنگ نیست بلکه باید خلوص نیت و نشاط برای عبادت را از آنها یاد گرفت. به همین خاطر هم همه‌ساله جوانان گوی سبقت شرکت در مراسم معنوی اعتکاف را از سایر گروه‌های سنی می‌ربایند و حدود ۷۰ درصد از جمعیت معتکفان را جوانان تشکیل می‌دهند.

فرستی برای اندیشیدن

کم و بیش برای همه ما پیش آمده که یک وقت‌هایی دل‌مان می‌خواهد از همه چیز و همه‌کس ببریم و چند روزی با خودمان خلوت کنیم و به موضوعات مختلف پیرامون خودمان و جهان اطراف مان بیندیشیم. اعتکاف، زمینه را برای اندیشیدن فراهم می‌آورد؛ چرا که در این مدت، شغل‌ها و کارهای روزمره تعطیل و ذهن شخص از بسیاری از درگیری‌ها و دغدغه‌ها رها می‌شود و در نتیجه، به برکت اعتکاف و پایبندی به احکام و شرایط آن، فرصتی پیش می‌آید که شخص در اثر استفاده از آن می‌تواند در اندیشه‌های ناب غرق شود و به اعجاز «فکر» دست یابد و به دنبال آن، همه برنامه‌ریزی و کارهای آینده‌اش را بر اساس اندیشه و تفکر پایه‌گذاری کند.

تمرینی برای تمرکز

مشغله‌های زندگی به خصوص زندگی‌های امروزی موجب می‌شود که ما نتوانیم تمرکز خوبی بر ذهن‌مان داشته باشیم و این تمرکز نداشتن می‌تواند روی تصمیم‌ها و رفتارهای ما اثرگذار باشد. برای تمرین‌رهای از پراکندگی خیال و دستیابی به تمرکز درونی، هیچ زمانی مناسب‌تر از زمان خلوت‌گزیدن و گوشه‌گرفتن نیست. این فرصتی است که اعتکاف، آن را به مدت سه روز به خوبی در اختیار شخص معتکف قرار می‌دهد تا او بتواند در این لحظه‌های فروختن غوغاها و کشمکش‌ها و سروصداها و در این ساعت‌های تعطیلی انواع معاشرت‌ها و رفت و آمدها، خیال خود را مهار کند و به تمرکز درونی برسد.

پی بردن به ظرفیت غلبه بر غرایز

یکی از برکت‌های اعتکاف این است که عملاً افراد را از توان‌شان در خصوص کنترل غرایزشان با خبر می‌کند و به آنها یادآور می‌شود که - دست‌کم به مدت سه روز - می‌توانند از غرایزشان فاصله بگیرند و در آنها تعدیل پدید آورند و بر آنها مدیریت کنند. معتکف سه روز، روزه می‌گیرد، نمی‌خورد و نمی‌آشامد و از همسر و فرزند و کلیه تعلقات دنیایی می‌برد و در خانه خدا اقامت می‌کند. تمام این مسائل نیازمند آن است که شما غرایز طبیعی خودتان را کنترل کنید.

بررسی آثار فردی و اجتماعی

پله پله

نمی‌دانم ربطش با میلاد مولا علی(ع) و مع فاطمه بنت اسد مادر گرامی‌اش برای سه خدا چیست اما سه روز برای دل بردن از دنیا خانه خدا و خلوت در عین همراهی با جماعتی که آمده‌اند تا در اقیانوس بیکران اعتکاف جلا دهند، آن هم در ماه رجب و از روز می‌امام علی(ع) انگار رموز و رازهای زیادی را در دل خود دارد و همین راز و رمز موجب شده تا هر کس یک بار طعم حضور در جمع معتکفان زیر

زهره احمدزاده

خبرنگار چار دیواری