

■ عرفه یکی از روزهای مورد توجه نزد خداوند است که درهای رحمت را بروی مردم باز می‌کند و عرفات نیز از جمله سرزمین‌هایی است که در آن، خداوند به آن برکت داده و خصائص زیادی را دارا است.

اهمیت حضور در عرفات تا آنجاست که گفته‌اند: «الحجُّ عرفة» یا «الحجُّ عرفات». این وقوف یکی از ارکان حج تمتع است و در صورت تحقق نیافتن آن، حج محقق نمی‌شود. این تأکید قدری هم به خاطر تحریض قریش بر وقوف در عرفات بود؛ زیرا آنان که خود را طایفه برگزیده می‌دانستند و به اصطلاح اهل حُمس یا تشدد در دینداری و اهل حرم معرفی می‌کردند، خود را بی‌نیاز از وقوف در عرفات می‌دیدند. این در حالی بود که رسول خدا (ص) این برخورد آنان را نادرست دانست و خود در حجة الوداع، در عرفات وقوف کرد. اساس این دستور نیز این آیت کریمه قرآنی بود که فرمود: (ثُمَّ أَفِيضُوا مِنْ حَيْثُ أَفَاضَ النَّاسُ) آیه یاد شده در رد پندار کسانی نازل گردید که با خود برتر بینی و به بهانه‌های واهی از وقوف در عرفات استنکاف می‌ورزیدند.

### عرفه چه روزیست و صحرای عرفات کجاست؟

عرفات، نام منطقه وسیعی است با مساحت حدود ۱۸ کیلومتر مربع، در شرق مکه، اندکی متمایل به جنوب، در میان راه طائف و مکه است.

عرفه روز نیایش و مناجات با خالق هستی است؛ چرا که در این روز، درهای رحمت الهی بر روی همه بندگان به ویژه گنهکاران گشوده است و همه گنهکاران در این روز، چشم امید خود را به خدای خود دوخته‌اند و از دنیا بریده و به خدا نزدیک می‌شوند. روز عرفه، ۹ ذی‌الحجه، یک روز پیش از عید قربان است. در این روز دعا به استجابت نزدیک است و هر ناامیدی، امیدوار بر در خانه الهی دست هایش را به دعا باز می‌کند.

عرفات نام جایگاهی است که حاجیان در روز عرفه (نهم ذی‌الحجه) در آنجا توقف می‌کنند و به دعا و نیایش می‌پردازند و پس از برگزاری نماز ظهر و عصر به مکه مکرّمه باز می‌گردند و وجه تسمیه آنرا چنین گفته‌اند که جبرائیل علیه السلام هنگامی که مناسک را به ابراهیم می‌آموخت، چون به عرفه رسید به او گفت «عرفت» و او پاسخ داد آری، لذا به این نام خوانده شد.

و نیز گفته‌اند سبب آن این است که مردم از این جایگاه به گناه خود اعتراف می‌کنند و بعضی آن را جهت تحمل صبر و رنجی میدانند که برای رسیدن به آن باید متحمل شد. چرا که یکی از معانی «عرف» صبر و شکیبایی و تحمل است.

در نقلی آمده است که آدم و حوا علیهم السلام پس از هبوط از بهشت و آمدن به کره خاکی، در این سرزمین یکدیگر را یافتند و به همین دلیل، این منطقه «عرفات» و این روز «عرفه» نام گرفته است.

### روز عرفه حجاج چه می‌کنند

در فقه شیعه واجب است حج‌گزار از ظهر روز عرفات (۹ ذی‌الحجه) تا مغرب در عرفات وقوف کند؛ یعنی فرد حج‌گزار باید در صحرای عرفات بماند و از آنجا خارج نشود. این وقوف از ارکان حج است، بدین معنا که چنانچه حج‌گزار به عرفات نرود و دست‌کم مقداری هرچند کوتاه در آنجا نماند، حجتش باطل خواهد بود.

کاروان عظیم حج بعد از ظهر از مکه مکرّمه حرکت کرده در حالیکه سرها برهنه و تن‌ها از لباس‌هایی معمولی و همیشگی عاری گشته است و هر یک دو قطعه پارچه سفید پوشیده با نظمی متین و برنامه‌ای الهام بخش و آهنگی شورانگیز از نغمه آسمانی «لَبَّيْكَ اللَّهُمَّ لَبَّيْكَ لَا شَرِيكَ لَكَ لَبَّيْكَ إِنَّ الْحَمْدَ وَالنُّعْمَةَ لَكَ وَالْمَلِكُ لَا شَرِيكَ لَكَ لَبَّيْكَ» که این ذکر آسمانی، تمام شهر مکه را فرا گرفته و حرکت می‌کنند و مقارن زوال ظهر روز نهم همه در صحرای عرفات جمع می‌شوند.

### حضرت آدم (ع) در عرفات

فَتَلَقَىٰ آدَمُ مِنْ رَبِّهِ كَلِمَاتٍ فَتَابَ عَلَيْهِ إِنَّهُ هُوَ التَّوَّابُ الرَّحِيمُ

آدم از پروردگارش کلماتی دریافت داشت و با آن بسوی خدا بازگشت و خداوند، توبه او را پذیرفت، چه او توبه پذیر مهربان است.

طبق روایت امام صادق(ع)، آدم (ع) پس از خروج از جوار خداوند، و فرود به دنیا، چهل روز هر بامداد بر فرار کوه صفا با چشم گریان در حال سجود بود، جبرئیل بر آدم فرود آمد و پرسید:

- چرا گریه می کنی ای آدم؟

- چگونه می توانم گریه نکنم در حالیکه خداوند مرا از جوارش بیرون رانده و در دنیا فرود آورده است.

- ای آدم به درگاه خدا توبه کن و بسوی او بازگرد.

- چگونه توبه کنم؟

جبرئیل در روز هشتم ذیحجه آدم را به منی برد، آدم شب را در آنجا ماند. و صبح با جبرئیل به صحرای عرفات رفت، جبرئیل هنگام خروج از مکه، احرام بستن را به او یاد داد و به او لیبیک گفتن را آموخت و چون بعد از ظهر روز عرفه فرا رسید تلبیه را قطع کرد و به دستور جبرئیل غسل نمود و پس از نماز عصر، آدم را به وقوف در عرفات واداشت و کلماتی را که از پروردگار دریافت کرده بود به وی تعلیم داد، این کلمات عبارت بودند از:

خداوندا با ستایشت تو را تسبیح می گویم سُبْحَانَكَ اللَّهُمَّ وَبِحَمْدِكَ

جز تو خدایی نیست لا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ

کار بد کردم و بخود ظلم نمودم عَمِلْتُ سُوءًا وَظَلَمْتُ نَفْسِي

به گناه خود اعتراف می کنم وَإِعْتَرَفْتُ بِذُنُوبِي إِيغْفِرْ لِي

تو مرا ببخش که تو بخشنده مهربانی اِنَّكَ أَنْتَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ

آدم (ع) تا بهنگام غروب آفتاب همچنان دستش رو به آسمان بلند بود و با تضرع اشک می ریخت، وقتی که آفتاب غروب کرد همراه جبرئیل روانه مشعر شد، و شب را در آنجا گذراند. و صبحگاهان در مشعر بپاخواست و در آنجا نیز با کلماتی به دعا پرداخت و به درگاه خداوند توبه گذاشت.....

### فضیلت روز عرفه

روایت است که امام سجاد (ع) در روز عرفه صدای سائلی را شنید که از مردم سؤال می کرد، حضرت به او فرمود: «وای بر تو! آیا در مثل چنین روزی از غیر خدا سؤال می کنی و حال آنکه در این روز برای بچه هایی که در شکم مادرانند، امید سعادت و خوشبختی می رود.»

نهم ماه ذی الحجه روز عرفه است که در تمام سال ممتاز به دعا و عبادت می باشد. همانطور که در میان شبهای سال هیچ شبی به اندازه شب قدر اهمیت ندارد بعداز ظهر روز عرفه نیز در میان روزهای سال امتیازی ویژه دارد. گرچه در روز عرفه حضور در کنار قبر مطهر سید الشهداء علیه السلام و نیز تشریف به حج و وقوف در صحرای عرفات فضیلت و توفیق عظیمی است که بسیاری از ما از آن محرومیم، اما دعا و درخواست از پیشگاه خداوند رحمان و رحیم در عصر روز عرفه برای هرکس در هر کجا که باشد بسیار مغتنم است.

اگر شخص گناه کاری نتواند در شبهای قدر، از قدر و منزلت خود به نحو احسن استفاده کند و بهره گیرد، می تواند در این روز (روز عرفه) از رحمت الهی برخوردار گردد.

### فضیلت شب عرفه

درباره شب عرفه روایت شده است که دعای خیر در آن مستجاب و کسی که در آن به فرمانبرداری خداوند مشغول باشد، پاداش صد و هفتاد سال عبادت را خدای متعال به او عطا فرماید. زیارت امام حسین (ع) در این شب مستحب است. رفتن به عرفات و یا کربلا، بهترین مکانها برای استجاب دعا در روز عرفه است. اهمیت دعا در این روز به اندازه ای است که روزه این روز را برای کسی که روزه باعث ضعف او هنگام دعا شود، ممنوع کرده اند. پاداش زیارت امام حسین (ع) در روز عرفه به اندازه ای است که از امام صادق (ع) روایت شده: «خداوند متعال برای زائرین قبر حسینی قبل از اهل عرفات (حجاج) جلوه کرده، حوائجهای آنان را برآورده، گناهانشان را بخشیده و آنان را به خواسته هایشان می رساند و آنگاه نزد اهل عرفات آمده و با آنان نیز اینگونه رفتار می کند.» حجاج شامگاه روز عرفه و شب دهم ذی الحجه، پس از ادای فریضه مغرب کوچ می کنند. «فاذا افضتم من عرفات فاذكروا الله عند المشعر الحرام» پس هنگامی که از عرفات بازگشتید، در مشعر الحرام به ذکر خدا بپردازید.»

## اعمال غیر حجاج

برای این روز دعاها، نمازها و اعمال مختلفی (از جمله غسل) ذکر شده است که شیعیان از جمله افرادی که در حج حضور ندارند بجا می‌آورند. از جمله مهم‌ترین این اعمال دعای امام سوم شیعیان در روز عرفه است.

روز عرفه از اعیاد عظیم است. اگر چه به اسم عید نامیده نشده و روزی است که حق تعالی بندگان خویش را به عبادت و طاعت خود فراخوانده و سفره‌های جود و احسان خود را برای ایشان گسترانیده و شیطان در این روز خوار و حقیرتر و رانده تر، و در خشمناک‌ترین اوقات خواهد بود، و روایت شده که حضرت امام زین العابدین علیه السلام در روز عرفه صدای سائلی را که از مردم کمک می‌خواست، شنید، و به او فرمود: وای بر تو آیا از غیر خدا سوال می‌کنی در این روز و حال آن که امید می‌رود در این روز برای بچه‌های در شکم که فضل خدا شامل آنها شود و سعید گردند ...

پس در این روز در زیر آسمان روند و اعتراف و اقرار کنند نزد حق تعالی به گناهان خود تا سعادت‌مند گردند به ثواب عرفات و گناهانشان آمرزیده گردد و مشغول گردند به اعمال و ادعیه عرفه ...

برخی از اعمال شب و روز عرفه:

۱. احیا و نماز و عبادت در شب عرفه

۲. دعا در شب عرفه (که گفته شده است مستجاب می‌گردد)

۳. زیارت امام حسین (ع) در شب عرفه.

۴. غسل.

۵. روزه روز عرفه (اگر سبب ضعف و مانع از دعا و مناجات نشود).

۶. قرائت دعای عرفه امام حسین (ع) (که بهتر است بعد از نماز عصر باشد).

۷. قرائت دعای عرفه امام سجاد (ع) (که در صحیفه سجاده موجود است).

۸. زیارت امام حسین (ع) در روز عرفه.

۹. زیارت حضرت ابوالفضل العباس (س) در روز عرفه.

۱۰. اعتراف و اقرار به گناهان.

۱۱. دو رکعت نماز که در رکعت اول بعد از حمد، سوره توحید و در رکعت دوم بعد از حمد، سوره کافرون خوانده می‌شود. سپس چهار رکعت نماز که در هر رکعت بعد از حمد، پنجاه مرتبه سوره توحید (این نماز در واقع همان نماز حضرت امیرالمؤمنین (ع) است).

## رہیافت هایی از دعای عرفه امام حسین (ع)

1- ستایش حق تعالی:

ستایش سزاوار خداوندی است که کس نتواند از فرمان قضایش سرپیچد و مانعی نیست که وی را از اعطای عطایا، باز دارد. و صنعت هیچ صنعتگری بیای صنعت او نرسد. بخشنده بیدریغ است. اوست که بدایع خلقت را بسرشت و صنایع گوناگون وجود را با حکمت خویش استوار ساخت.....

2- تجدید عهد و میثاق با خدا:

پروردگارا بسوی تو روی آورم. و به ربوبیت تو گواهی دهم. و اعتراف کنم که تو تربیت کننده و پرورنده منی. و بازگشتم بسوی تو. مرا با نعمت آغاز فرمودی قبل از اینکه چیز قابل ذکر باشم.....

3- خود شناسی:

و قبل از هدایت مرا با صنع زیبایی مورد رأفت و نعمتهای بیکرانت قرار دادی. آفرینش مرا از قطره آبی روان پدید آوردی. و در تاریکیهای سه گانه جنینی سکونتم دادی: میان خون و گوشت و پوست. و مرا شاهد آفرینش خویش نگرداندی و هیچیک از امورم را بخودم وا نگذاشتی.....

#### 4- راز آفرینش انسان:

ولې مرا برای هدفي عالی یعنی هدایت (و رسیدن به کمال) موجودی کامل و سالم بدنيا آوردی. و در آن هنگام که کودکی خردسال در گهواره بودم، از حوادث حفظ کردی. و مرا از شیر شیرین و گوارا تغذیه نمودی. و دلهاي پرستاران را بجانب من معطوف داشتی. و با محبت مادران به من گرمی و فروغ بخشیدی.....

#### 5- تربیت انسان در دانشگاه الهی:

تا اینکه با گوهر سخن مرا ناطق و گویا ساختی. و نعمتهای بیکرانت را بر من تمام کردی. و سال به سال بر رشد و تربیت من افزودی. تا اینکه فطرت و سرنوشت، به کمال انسانی رسید. و از نظر توان اعتدال یافت. حجت را بر من تمام کردی که معرفت و شناخت را به من الهام فرمودی.....

#### 6- نعمتهای خداوند:

آری این لطف تو بود که از خاک پاک عنصر مرا بیافریدی. و راضی نشدی ای خدایم که نعمتی را از من دریغ داری. بلکه مرا از انواع وسائل زندگی برخوردار ساختی. با اقدام عظیم و مرحمت بیکرانت بر من. و باحسان عمیم خود نسبت به من، تا اینکه همه نعمات را درباره من تکمیل فرمودی.....

#### 7- شهادت به بیکرانی نعمت های الهی:

الهی! من به حقیقت ایمانم، گواهی دهم. و نیز به تصمیمات متیقن خود و به توحید صریح و خالص

و به باطن نادیدنی نهادم. و پیوسته‌های جریان نور دیده ام. و خطوط ترسیم شده بر صفحه پیشانی ام، و روزنه های تنفسی ام، و نرمه های تیغه بینی ام. و آوازگیرهای پرده گوشم و آنچه در درون لبهای من پنهان است.....

#### 8- ناتوانی بشر از بجا آوردن شکر الهی:

گواهی می دهم ای پروردگار که اگر در طول قرون و اعصار زنده بمانم و بکوشم تا شکر یکی از نعمات تو بجا آورم، نتوانم مگر باز هم توفیق تو رفیقم شود، که آن خود مزید نعمت و مستوجب شکر دیگر، و ستایش جدید و ریشه دار باشد.....

#### 9- ستایش خدای یگانه:

معهدا من با تمام جد و جهد و توش و توانم تا آنجا. که وسعم می رسد با ایمان و یقین قلبی گواهی می دهم. و اظهار می دارم:

حمد و ستایش خدایی را که فرزندی ندارد تا میراث برش باشد. و در فرمانروایی نه شریکی دارد تا با وی در آفرینش بر ضدیت برخیزد و نه دستياري دارد تا در ساختن جهان به وی کمک دهد.....

#### 10- خواسته های يك انسان متعالی:

خداوندا، چنان کن که از تو بیم داشته باشم، آنچنان که گویی تو را می بینم و مرا با تقوایت رستگار کن! اما بخاطر گناهانم مرا به شقاوت دچار مساز! مقدر کن که سرنوشت من به خیر و صلاح من باشد. و در تقدیرات خیر و برکت بمن عطا فرما!

#### 11- سپاس به تربیت های الهی:

خداوندا! ستایش از آن تست که مرا آفریدی. و مرا شنوا و بینا گرداندی! و ستایش سزاوار تست که مرا بیافریدی و خلقتم را نیکو بیاراستی. بخاطر لطفی که به من داشتی والا.....

#### 12- نیازهای تربیتی از خدا:

و مرا بر مشکلات روزگار، و کشمکش شبها و روزها یاری فرما! و مرا از رنجهای این جهان و محنتهای آن جهان نجات بده و از شر بدیهایی که ستمکاران در زمین می کنند نگاه بدار.....

#### 13- شکایت به پیشگاه خداوند:

خدایا! مرا به که و ایا می گذاری؟ آیا به خویشاوندی که پیوند خویشاوندی را خواهد گسست؟ یا به بیگانه که بر من بر آشفتد؟ یا به کسانی که مرا به استضعاف و استثمار کشانند؟ در صورتیکه تو پروردگار من و مالک سرنوشت منی؟

**14-** ای مرئی پیامبران و فرستنده کتب آسمانی:

ای خدای من و ای خدای پدران من! ابراهیم، اسماعیل، اسحق و یعقوب، و ای پروردگار جبرئیل، میکائیل و اسرائیل. و ای تربیت کننده محمد، خاتم پیامبران و فرزندان برگزیده اش. ای فرو فرستنده تورات، انجیل زبور و فرقان.....

**15-** تو پناهگاه منی:

تو پناهگاه منی، بهنگامی که راهها با همه وسعت، بر من صعب و دشوار شوند و فراخنای زمین بر من تنگ گردد. و اگر رحمت تو نبود من اکنون جزء هلاک شدگان بودم. و تو مرا از خطاهایم باز می داری. و اگر پرده پوشی تو نبود از رسوایان بودم.

**در آخر روز عرفه این دعا خوانده شود :**

يَا رَبِّ اِنَّ دُوْبِي لَا تَضُرُّكَ وَاِنَّ مَغْفِرَتَكَ لِي لَا تَنْقُصُكَ قَاْعَطْنِي مَا لَا

پروردگارا همانا گناهان من زبانی به تو نزند و محققاً آمرزش تو از من نقصانی به تو نرساند پس عطا کن به من

يَنْقُصُكَ وَاَعْفُرْ لِي مَا لَا يَضُرُّكَ وَايْضًا بَخْوَانٍ : اَللّٰهُمَّ لَا تَحْرِمْنِيْ حَيْرًا مَا

آنچه را نقصانت نرساند و بیامرز برایم آنچه را زبانت نزند خدایا محروم مکن از آن خیری که

عِنْدَكَ لِشَرِّ مَا عِنْدِيْ قَاِنْ اَنْتَ لَمْ تَرْحَمْنِيْ يَنْعَبِيْ وَ نَصَبِيْ قَلَا

نزد تو است بخاطر آن شری که در پیش من است اگر تو به رنج و خستگیم رحم نمی کنی پس

تَحْرِمْنِيْ اَجْرَ الْمُصَابِ عَلٰی مُصِيْبَتِيْهِ

محروم مدار از پاداش مصیبت دیده ای بر مصیبتش .