

مستندات قرآنی و روایی دعای ابوحمزه ثمالی در زمینه مرگ، عالم برزخ و رستاخیز

فاطمه اسماعیلی^۱

چکیده:

دعای ابوحمزه ثمالی به روایت ثابت بن دینار ثمالی از امام سجاد علیه السلام است. الفاظ این دعا، علاوه بر تعلیم مناجات با خدا، حقایقی از آیات قرآن را در زمینه‌های مختلف بیان می‌نماید. در قسمتی از دعا، امام سجاد علیه السلام برای آگاهی انسان از نتایج اعمال خوب و بد، و رابطه‌ی دنیا و آخرت، به بیان حالات و اتفاقات زمان دردناک خروج جان از بدن، ورود به عالم برزخ، فشار قبر، سؤال نکیر و منکر، خروج از آن مرحله، و ورود به عالم رستاخیز را پرداخته است. در این نوشتار مستندات قرآنی و روایی آن‌ها ارائه شده است؛ و با استفاده از کتب شرح دعای ابوحمزه، تفاسیر مختلف و روایات ائمه علیهم السلام و به روش توصیفی-تحلیلی به شرح کلمات نورانی آن بزرگوار و بیان راههای کاهش و آسانی سکرات مرگ، راههای تخفیف یا حذف فشار قبر، راههای آسان شدن سؤال قبر و راههای خلاصی از شدائد قیامت پرداخته شده است.

کلیدواژه‌ها: تاریخ ابوحمزه ثمالی، دعا، سکرات موت، برزخ، رستاخیز

مقدمه

دعای ابو حمزه ثمالی مانند دیگر دعاها، آثار تربیتی مهمی در روح انسان دارد و راهنمای انسان به قرب الهی است. می‌توان دعای ابو حمزه ثمالی را یک دایره المعارف از موضوعات گوناگون توحید، معاد، عالم برزخ، خوف و رجاء، مسائل اخلاقی و اجتماعی دانست. کلام امام همچون عبارات قرآنی شامل بطن‌هایی است که نیازمند شرح و تبیین است و اگر کلام معصومان علیهم‌السلام همراه با مستندات قرآنی شرح و تفسیر داده شود، معرفت مخاطبان نسبت به دعا و درصد اثربخشی آن بیشتر خواهد شد.

در یکی از فرازهای دعای ابو حمزه ثمالی آمده است که امام سجاد علیه‌السلام به خدای متعال عرضه می‌دارد: «فَمَا لِي لَا أَبْكِي». «خدایا! چرا گریه نکنم»، امام علیه‌السلام در ادامه چند دلیل برای گریه خود می‌آورد که برای اینها گریه می‌کند:

۱. «أَبْكِي لِخُرُوجِ نَفْسِي»؛ گریه کنم برای جان دادنم.
۲. «أَبْكِي لِظُلْمَةِ قَبْرِي»؛ گریه کنم برای تاریکی قبرم.
۳. «أَبْكِي لِضِيقِ لَحْدِي»؛ گریه کنم برای تنگی لحدم.
۴. «أَبْكِي لِسُؤَالِ مُنْكَرٍ وَ نَكِيرٍ أَيَّامِي»؛ گریه کنم برای سؤال نکیر و منکر از من.
۵. «أَبْكِي لِخُرُوجِي مِنْ قَبْرِي عَزِيَانًا ذَلِيلًا حَامِلًا ثِقَلِي عَلَى ظَهْرِي أَنْظُرُ مَرَّةً عَنْ يَمِينِي وَ أُخْرَى عَنْ شِمَالِي إِذِ الْخَلَائِقُ فِي شَأْنٍ غَيْرِ شَأْنِي»؛ گریه کنم برای بیرون آمدن از قبر، برهنه و خوار که بار سنگینم را به پشتم بار کرده است. یک بار از طرف راستم بنگرم و بار دیگر از طرف چپ. و هریک از خلائق را در کاری غیر از کار خود ببینم.

سپس امام سجاد علیه‌السلام این آیات شریفه را قرائت می‌فرماید: «لِكُلِّ أَمْرٍ مِثْمُهُ يَوْمَئِذٍ شَأْنٌ يُغْنِيهِ، وَجُوهٌ يَوْمَئِذٍ مُسْفِرَةٌ، ضَاحِكَةٌ مُسْتَبْشِرَةٌ، وَوُجُوهٌ يَوْمَئِذٍ عَلَيْهَا غَبَرَةٌ، تَرْهَقُهَا قَتَرَةٌ»؛ در آن روز هرکسی از آنان را کاری است که او را به خود مشغول می‌کند. (تا جایی که نمی‌گذارد به چیز دیگری بپردازد)

در این مقاله در سه بخش به بیان مستندات قرآنی و روایی این فراز از دعای امام سجاد علیه‌السلام پرداخته شده است. در بخش اول لحظات جان دادن و سكرات موت، در بخش دوم ورود

به عالم برزخ و فشار قبر و سؤال نکیر و منکر، و در بخش سوم ورود به عالم رستاخیز و حالات انسانها در آن زمان بیان شده است.

به عنوان پیشینه اشاره می‌شود که مقالاتی در مورد مرگ و عالم برزخ و رستاخیز، همچنین مقالاتی در شرح دعای ابوحمزه ثمالی وجود دارد؛ پاک نیا (۱۳۹۸) در مقاله «سی درس تربیتی و اخلاقی از دعای ابوحمزه ثمالی» به بیان درس‌های تربیتی دعای ابوحمزه ثمالی پرداخته؛ ولی مستندات روایی و قرآنی این دعا در بخش مرگ و عالم برزخ را بررسی نکرده است. قاسمی (۱۳۸۲) در مقاله «برزخ حقیقتی انکارناپذیر» تنها به بررسی عالم برزخ پرداخته، اما آن را در دعای ابوحمزه ثمالی بررسی نکرده است. لذا با عنوان مقاله پیش رو موردی یافت نشد.

۱- خروج جان از بدن و سختی لحظات مرگ

امام سجاد علیه السلام در فرازی از دعای ابوحمزه ثمالی به خدای متعال می‌فرماید: «فَمَا لِي لَا أَبْكِي، أَبْكِي لَخُرُوجِ نَفْسِي» (طوسی، ۱۴۱۱ق). «خدایا! چرا گریه نکنم (یعنی باید گریه کنم و بی تاب باشم)؛ گریه کنم برای جان دادنم».

نخستین مرحله‌ی مشکل، خروج جان از بدن یا جان کندن است؛ یعنی همان موقعی که روح از بدن مفارقت می‌کند. امیرمؤمنان علی علیه السلام می‌فرماید: «أَشَدُّ سَاعَاتِ ابْنِ آدَمَ ثَلَاثُ سَاعَاتِ السَّاعَةِ الَّتِي يُعَايِنُ فِيهَا مَلَكَ الْمَوْتِ وَالسَّاعَةَ الَّتِي يَقُومُ فِيهَا مِنْ قَبْرِهِ وَالسَّاعَةَ الَّتِي يَقِفُ فِيهَا بَيْنَ يَدَيِ اللَّهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى...» (ابن بابویه، ۱۳۸۵)

۱-۱- سكرات موت

روح انسان جوهره حقیقی وجود او را تشکیل می‌دهد و جسم و اعضای جسمانی، آلت و ابزاری بیش نیستند، اما از همان ابتدای تکوین در رحم مادر، به بدن خومی گیرد و هرچه بیشتر می‌گذرد، این علاقه بیشتر می‌شود؛ به طوری که یک خراش کوچک بر بدنش او را سخت بی تاب می‌کند؛ تا چه رسد به اینکه روح به طور کلی از این بدن مفارقت کند و جسم را به عالم طبیعت بسپارد (حبیبیان، ۱۳۹۳). از امام صادق علیه السلام می‌پرسند: چرا هنگامی

که روح از بدن خارج می‌شود، احساس ناراحتی می‌کند؟ فرمود: «لَأَنَّ تَمَا عَلَيَّهَا الْبَدَنُ»
«به خاطر این که بدن با آن رشد کرده است»

«جان دادن» یا حالت «احتضار»- که در لسان قرآن و روایات اهل بیت؟ عهمه؟،
«سکرات» نامیده شده است- یکی از لحظه‌های سخت حیات انسان است. واژه «موت»
به معنی مرگ است. در فرهنگ قرآن مرگ به معنای «وفات» است، نه «فوت»؛ زیرا فوت به
معنای زوال و نابودی است، ولی وفات به معنای اخذ تام و در اختیار گرفتن تمام و کمال
یک حقیقت و انتقال آن به سرای دیگر است. این کار توسط فرشتگان مأمور وفات صورت
می‌گیرد: «قُلْ يَتَوَفَّكُم مَّلَكُ الْمَوْتِ الَّذِي وُكِّلَ بِكُمْ ثُمَّ إِلَىٰ رَبِّكُمْ تُرْجَعُونَ» (سجده، ۱۱) یعنی با مرگ
شما نابود نخواهید شد و چون تمام حقیقت شما با مردن نزد فرشته مأمور الهی محفوظ
است، رجوع شما با ارجاع مأمور خدا به سوی پروردگارتان خواهد بود: (ثُمَّ إِلَىٰ رَبِّكُمْ تُرْجَعُونَ)؛
و به جانب او برخواهید گشت. (آملی، ۱۳۸۰)

قرآن کریم با تعبیر «سکرة الموت» به آن اشاره می‌کند و می‌فرماید: «وَجَاءَتْ سَكْرَةُ الْمَوْتِ
بِالْحَقِّ ذَلِكَ مَا كُنْتُمْ مِنْهُ تَحِيدُ» (ق، ۱۹).

امام هشتم علیه السلام مهمترین مراحل زندگی بشر را سه مرحله وحشتناک می‌داند و می‌فرماید:
«سه روز برای انسان وحشتناک است: روزی که متولد می‌شود و این جهان ناآشنا را می‌بیند،
و روزی که می‌میرد و عالم پس از مرگ را مشاهده می‌کند، و روزی که وارد عرصه «محشر»
می‌شود و احکامی می‌بیند که در دار دنیا نبود، بنابراین خداوند متعال درباره «یحیی بن
زکریا» می‌فرماید: «وَسَلَامٌ عَلَيْهِ يَوْمَ وُلِدَ وَيَوْمَ يَمُوتُ وَيَوْمَ يُبْعَثُ حَيًّا» (مریم، ۱۵) و از زبان عیسی
بن مریم علیه السلام نیز شبیه همین سخن را نقل می‌کند، «وَالسَّلَامُ عَلَيَّ يَوْمَ وُلِدْتُ وَيَوْمَ أَمُوتُ وَيَوْمَ
أُبْعَثُ حَيًّا» (همان، آیه ۳۳) و این دو پیامبر را مشمول عنایت خود در این سه روز قرار می‌دهد.
(خصال ج ۱ ص ۱۰۷)

درباره لحظه‌ی جان کندن، قرآن کریم می‌فرماید: «وَلَوْ تَرَىٰ إِذْ يَتَوَفَّى الَّذِينَ كَفَرُوا الْمَلَائِكَةُ
يَضْرِبُونَ وُجُوهَهُمْ وَأَدْبَارَهُمْ وَذُوقُوا عَذَابَ الْحَرِيقِ. ذَلِكَ بِمَا قَدَّمْتُمْ أَيْدِيكُمْ وَأَنَّ اللَّهَ لَيْسَ بِظَلَّامٍ
لِّلْعَبِيدِ.» (انفال، ۵۰-۵۱)

از مجموع این آیات و روایات چنین برمی‌آید که انسان در لحظه مرگ بلافاصله چشم دلش گشوده می‌شود و علاوه بر هول ورود از نشأت‌هایی که غیر از این نشأه است و دیدن چیزهایی که پیش از این نمی‌دید، هول آمدن ملک الموت را نیز دارد که آیا به چه هیبت خواهد بود و به چه نحو جان او را قبض خواهد نمود. (قمی، ۱۳۹۰)

۲-۱- راههای کاهش و آسانی سكرات مرگ

براساس روایات عوامل مختلفی باعث کاهش و آسانی سكرات می‌شود، از جمله:

۱-۲-۱- ایمان و اعتقاد صحیح: اصلی‌ترین و مهمترین عامل، ایمان و اعتقادات صحیح است. شخص مؤمن، در دنیا بایستی از ایمان و اعتقادات صحیحش، محافظت کند تا در آخرت محافظ او باشد.

۲-۱-۲- محبت و پذیرش ولایت ائمه علیهم‌السلام به خصوص حضرت امیرالمؤمنین علیه‌السلام: داشتن ولایت و محبت اهل بیت علیهم‌السلام، در شدائد و منزل‌گاه‌های سخت خودش را نشان می‌دهد و در این مواقف لطف و شفاعتشان شامل حال فرد می‌شود. امام صادق علیه‌السلام فرمود: «کسی از دوستان ما که دشمنان ما را دشمن دارد نخواهد مرد، جز این که رسول خدا صلی‌الله‌علیه‌وآله‌وسلم، امیرالمؤمنین، امام حسن و امام حسین علیهم‌السلام در حال احتضار کنار او آمده و به او نوید بهشت می‌دهند و اگر کسی ما را دوست نداشته باشد آن ذوات مقدس را به حالتی که دشمن او باشند خواهد دید».

۳-۲-۱- صله رحم به خصوص پدر و مادر: امام صادق علیه‌السلام ضمن حدیثی در باره جوانی سخن می‌گوید که رسول خدا به هنگام مرگ بر بالین وی حاضر شد، به او فرمود: بگو: «لا اله الا الله» اما چندین بار زبانش گرفت. آنگاه روشن شد که مادرش نسبت به او خشمگین است. لذا از مادر رضایت طلبید. پس از آن زبان جوان به گفتن کلمه توحید باز شد... پیامبر صلی‌الله‌علیه‌وآله‌وسلم به او فرمود: بگو: «یا من یقبل الیسیر، و یعفو عن الکثیر، اقبل منی الیسیر، و اعف عنی الکثیر، انک أنت الغفور الرحیم». سپس جوان به حال نیکواز دنیا رفت. (مفید، ۱۳۶۴، امالی ص ۲۸۸ مجلس ۳۴).

۴-۲-۱- تسبیحات حضرت زهرا علیها‌السلام بعد از هر نماز واجب: امام صادق علیه‌السلام فرمود: «هر

کس خدا را تسبیح کند به تسبیحات حضرت زهرا بعد از هر نماز واجب، پیش از آنکه پاهایش را از حالت تشهد بگرداند، یا پیش از آنکه از جا برخیزد، خداوند او را بیامرزد و سختی‌های مرگ بر او آسان می‌شود». (ابن بابویه، ۱۴۱۳ق)

۱-۲-۵- انگشتر عقیق در دست کردن: در روایات از نشانه‌های مؤمن شمرده شده است. امام صادق علیه السلام از پدرش نقل کرده که فرمودند: «کسی که انگشتر عقیقی بسازد و محمد نبی الله و علی ولی الله را بر روی آن نقش نماید، خداوند او را از مرگ بد نگاه داشته و جز بر فطرت خدادادیش نخواهد مرد» (همان، ۱۴۰۶ق)

۱-۲-۶- در تعقیبات نماز صبح و مغرب هفت مرتبه خواندن لا حول و لا قوه الا بالله: ابو حمزه ثمالی گفته: به امام علی ابن الحسین علیه السلام گفتم: شما می‌گویید خدای را به پنج جمله بزرگ داشت کنید، آنها چیست؟ گفت: «چون بگویی: سبحان الله و بحمده، خدای را از آنچه خداشناسان گفته‌اند بالاتر برده‌یی، چون بگویی: لا اله الا الله وحده لا شریک له، کلمه اخلاص را گفتمی، هیچ بنده‌ای که بزرگی خواه و ستمکار نباشد آن را نگوید، مگر آنکه خدا او را از دوزخ رها سازد؛ آنکه بگوید: لا حول و لا قوه الا بالله...» (ابن بابویه، ۱۳۸۵)

۱-۲-۷- روزه گرفتن: حضرت رسول صلی الله علیه و آله فرمود: «مؤمنی نباشد که ماه رمضان را به حساب خدا روزه دارد جز آنکه خدا بر او هفت خصلت واجب کند: ۱- گوشت‌های روئیده از حرام در بدنش آب شود، ۲- به رحمت خود نزدیکش گرداند، ۳- کفاره خطای پدرش آدم محسوب شود، ۴- خداوند سختی مرگ را بر او آسان نماید، ۵- در روز قیامت از گرسنگی و تشنگی در امان است، ۶- خداوند عزوجل از میوه‌های پاکیزه بهشت به او بخوراند، ۷- خداوند عزوجل برات آزادی از دوزخ به او عطا فرماید» (همان، ۱۳۷۶). «هرکس چهار روز از ماه رجب را روزه بگیرد از شدائد مرگ در امان خواهد بود» (همان، ۱۴۰۶ق) و همچنین است روزه گرفتن نه روز از ماه شعبان. (همان)

۱-۲-۸- انفاق کردن در راه خدا: حضرت رسول صلی الله علیه و آله: «هر کس بخوراند برادر خود را حلوائی، تلخی مرگ بر او شیرین شود.» (مجلسی، ۱۴۰۳ق) و امام صادق علیه السلام: «هر کس بپوشاند برادر خود را به جامه ی زمستانی یا تابستانی، حق است بر خداوند تعالی که او را بپوشاند از جامه‌های بهشت و آن که آسان کند بر او (از) سکرات مرگ را و گشاد کند بر او قبر او را...» (همان)

۱-۲-۹- خواندن سوره زلزال در نوافل: شیخ کلینی رحمته الله علیه از حضرت صادق علیه السلام روایت کرده که فرمود:

«ملول نشوید از قرائت «إِذَا زُلْزِلَتِ الْأَرْضُ زِلْزَالَهَا»؛ زیرا که هر کس این سوره را در نوافل خود بخواند، نرساند حق تعالی به او زلزله ابداً، و نمیرد به زلزله و نه به صاعقه و نه به آفتی از آفات دنیا تا بمیرد، و در وقت مردن او مَلَکی کریم از نزد حق تعالی بر او نازل شود و بنشیند نزد سر او و بگوید: ای ملک الموت! رفق و مدارا کن به ولی الله؛ زیرا که او مرا بسیار یاد می‌کرد.» (کلینی، ۱۴۰۷ق)

۱-۲-۱۰- خواندن سوره تکاثر در هنگام خواب: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: مَنْ قَرَأَ إِلَيْهِكُمْ التَّكَاثُرَ عِنْدَ النَّوْمِ وَقِيَّ فِتْنَةَ الْقَبْرِ. (نوری، ۱۴۰۸ق)

علاوه بر موارد بالا می‌توان بر اساس روایات به موارد دیگری همچون، وابسته نبودن به دنیا و شهوات و دوری از گناه. (جمعی از نویسندگان، ۱۳۸۵) یک روز از آخر ماه رجب را روزه گرفتن، (محمدی ری شهری، ۱۳۷۷)، خواندن نماز اول وقت و انتقال محتضر به مکانی که نماز می‌گزارده، (نجفی، ۱۴۰۴ق) همچنین خواندن دعای عدیله، سوره صافات و یاسین (محقق کرکی، ۱۴۱۴ق) و... برای آسان شدن سقرات مرگ اشاره نمود.

۲- ورود به عالم قبری برزخ

در جمله دیگری از دعای ابو حمزه ثمالی امام سجاد علیه السلام به خدای متعال عرضه می‌دارد: «أَبْكَى لُظْمَةَ قَبْرِى»؛ «أَبْكَى لِيُضَيِّقَ لِيْ حُدَى»؛ «أَبْكَى لِسُؤَالِ مُنْكَرٍ وَ نَكِيرٍ أَيَّامِي»؛ (قمی، ۱۳۸۳). تمام این موارد مربوط به عالم قبر و برزخ می‌باشد که در ادامه به بیان مستندات آن پرداخته می‌شود.

در فرهنگ اهل بیت علیهم السلام، برزخ نام عالمی است که مردگان بعد از مرگ وارد آن می‌شوند و تا روز قیامت در آن خواهند بود تا قیامت برپا شود. قرآن کریم در آیاتی از برزخ خبر داده است، (مومنون، ۹۹-۱۰۰)

در عالم قبر (برزخ) انسان هم دارای روح است هم دارای بدن؛ لکن بدنی غیرمادی دارد که از جهاتی شبیه آن بدنهایی هستند که در خواب می‌بینیم. شب اول قبر یا سوال قبر یا

فشار قبر و امثال این امور نیز همگی مربوط به وجود برزخی شخص می‌شوند و ربطی به بدن مادی او ندارند. (احمدی، ۱۳۹۲)

۱-۲- فشار قبر

یکی از عذاب‌های دردناک عالم برزخ «فشار قبر» یا «ضغطة القبر» است. در حدیثی از امیرمؤمنان علی علیه السلام آمده است: «ای بندگان خدا عالم بعد از مرگ برای کسی که آمرزیده نشده سخت‌تر است از مرگ، از تنگی و سختی و تاریکی و تنهایی قبر بيمناك باشید، همانا قبر هر روز می‌گوید: من خانه تنهائیم، خانه خاك نشینم، خانه‌ی وحشتم؛ خانه کرمها و حشراتم. و گور باغی است از باغهای بهشت یا گودی از گودهای جهنم». (مجلسی، ۱۳۶۴، بحار الانوار ج ۶ ص ۲۱۸)

۲-۲- راههای تخفیف یا حذف وحشت و فشار قبر

عمر بن یزید گوید: از امام صادق علیه السلام پرسیدم: آیا می‌توان برای میت نماز خواند؟ فرمود: آری حتی اگر میت در تنگنا و فشار قرار گرفته باشد حق تعالی او را در وسعت قرار داده و به او گفته می‌شود: خداوند کیفر شما را تخفیف داد و این بر اثر نمازی است که فلان برادر برای شما به جای آورده است... آن‌گاه فرمود شش چیز است که به میت سود می‌بخشد:

- ۱- فرزندی که برای او استغفار و طلب آمرزش کند. ۲- قرآنی که از خود بر جای گذارد. ۳- نهال و درختی بکارد. ۴- نهر آبی که به عنوان صدقه جاری بر جای بگذارد. ۵- چاهی را حفر کند. ۶- سیره و روش پسندیده‌ای که مردم آن را برگزینند. (العروسی الحویزی، ۱۴۱۵ق)

البته ذکر این شش مورد برای تمثیل است، نه تحدید و تعیین. و معیار آن هر اثر سودمند به حال جامعه انسانی است، و به آیه کریمه «وَنَكْتُبُ مَا قَدَّمُوا وَآثَارَهُمْ» (یس، ۱۲) می‌توان به عنوان اصل جامع و شامل و فراگیر استدلال کرد. (جوادی آملی، ۱۳۸۰)

اما راههایی که باعث تخفیف یا حذف وحشت و فشار قبر خواهد شد، بر طبق روایات عبارتند از:

۱- طاعت و بندگی: امیرمؤمنان علی علیه السلام فرمودند: «فَأَجْعَلُوا طَاعَةَ اللَّهِ شِعَارًا... مَصَابِيحَ لِيُطَوَّنَ قُبُورُكُمْ وَ سَكَنًا لِيَطُولَ وَحْشَتِكُمْ وَ نَفْسًا لِيَكْرَبَ مَوَاطِنِكُمْ» (نهج البلاغه، خطبه ۱۹۸)

۲- یاری نمودن مومنان و ستمدیدگان: امیر مؤمنان علی علیه السلام فرمودند: «مَنْ نَفَسَ عَنْ مُؤْمِنٍ كُرْبَةً نَفَسَ اللَّهُ عَنْهُ كُرْبَ الْأَجْرَةِ» (حر عاملی، ۱۳۸۷)

۳- خواندن نماز شب و تلاوت قرآن: امام رضا علیه السلام فرمود: «عَلَيْكُمْ بِصَلَاةِ اللَّيْلِ فَمَا مِنْ عَبْدٍ يَقُومُ آخِرَ اللَّيْلِ فَيُصَلِّي ثَمَانَ رَكَعَاتٍ وَرَكَعَتِي الشَّفَعِ وَرَكَعَةَ الْوُثْرِ وَاسْتَعْفَرَ اللَّهَ فِي قُبُورِهِ سَبْعِينَ مَرَّةً إِلَّا أُجِيرَ مِنْ عَذَابِ الْقَبْرِ وَمِنْ عَذَابِ النَّارِ» (مجلسی، ۱۴۰۳)

و موارد زیاد دیگری از جمله: قرائت سوره نساء در هر جمعه، مداومت در قرائت سوره زخرف، قرائت سوره قلم در نمازهای واجب و نافله نمازها، کسی که ما بین زوال روز پنجشنبه تا زوال روز جمعه بمیرد، پاشیدن آب روی قبر بعد از دفن میت و ترنگهداشتن روی قبر. ده رکعت نماز در روز اول ماه رجب که در هر رکعت یک مرتبه حمد و سه مرتبه توحید بخواند. (قمی، ۱۳۸۳). روزه گرفتن چهار روز از ماه رجب، روزه گرفتن ۱۲ روز از ماه شعبان، خواندن سوره «تبارک» بالای قبر میت (نوری، ۱۴۰۸ق)، خواندن دو رکعت نماز در شب جمعه؛ از رسول خدا صلی الله علیه و آله نقل شده که: «وَعَنْهُ صلی الله علیه و آله: مَنْ صَلَّى لَيْلَةَ الْجُمُعَةِ رَكَعَتَيْنِ بِالْحَمْدِ مَرَّةً وَ الزَّلْزَلَةَ خَمْسَ عَشْرَةَ مَرَّةً آمَنَهُ اللَّهُ مِنْ عَذَابِ الْقَبْرِ وَمِنْ أَهْوَالِ يَوْمِ الْقِيَامَةِ» (عاملی کفعمی، ۱۴۰۵ق)

۳- خروج از خانه قبر

نیز امام سجاد علیه السلام به خدای متعال عرض می‌کند: «أَبْكِي لِخُرُوجِي مِنْ قَبْرِي عُرْيَانًا ذَلِيلًا حَامِلًا ثِقْلِي عَلَى ظَهْرِي أَنْظُرْ مَرَّةً عَنْ يَمِينِي وَأُخْرَى عَنْ شِمَالِي إِذِ الْخَلَائِقُ فِي شَأْنِ غَيْرِ شَأْنِي» (طوسی، ۱۴۱۱ق). سپس امام سجاد علیه السلام در این بخش از دعا برای ترسیم هول و هراس قیامت و وحشت و اضطراب آن روز، این آیات شریفه را به عنوان تایید و مستندی بر سخن خود قرائت می‌فرماید: «لِكُلِّ أَمْرٍ مِنْهُمْ يَوْمَئِذٍ شَأْنٌ يُعْنِيهِ، وَجُوهٌ يَوْمَئِذٍ مُسْفِرَةٌ، ضَاحِكَةٌ مُسْتَبْشِرَةٌ، وَوُجُوهٌ يَوْمَئِذٍ عَلَيْهَا غَبَرَةٌ، تَرْهَقُهَا قَتَرَةٌ» (عبس، ۳۷-۴۱).

قیامت کبری مقارن با یک سلسله انقلابها و دگرگونیهای کلی در همه موجودات زمینی و آسمانی است. در اینجا با توجه به عبارت دعای ابوحزمه تنها به بیان اضطراب و نگرانی انسان در زمان خروج از قبر پرداخته و از تفصیل در مورد قیامت کبری و مواقف مختلف آخرت از جمله میزان و حساب و صراط و... صرف نظر می‌کنیم.

۳-۱- نفع صور و زنده شدن مردگان

خدای سبحان می‌فرماید: «وَنُفِخَ فِي الصُّورِ فَصَعِقَ مَنْ فِي السَّمَاوَاتِ وَمَنْ فِي الْأَرْضِ إِلَّا مَنْ شَاءَ اللَّهُ ثُمَّ نُفِخَ فِيهِ أُخْرَىٰ فَإِذَا هُمْ قِيَامٌ يَنْظُرُونَ» (زمر، ۶۸. بنگرید: یس، ۵۱). در آن حال انسان حتی از کسان و نزدیکانش می‌گریزد. «فَإِذَا نُفِخَ فِي الصُّورِ فَلَا أَنْسَابَ بَيْنَهُمْ يَوْمَئِذٍ وَلَا يَتَسَاءَلُونَ» (مومنون، ۱۰۱)؛ «يَوْمَ يَفِرُّ الْمَرْءُ مِنْ أَخِيهِ وَأُمِّهِ وَأَبِيهِ وَصَاحِبَتِهِ وَبَنِيهِ» (عبس، ۳۶-۳۴).
 برخلاف عالم برزخ که مربوط به فرد است قیامت کبری، مربوط به جمع، یعنی به همه‌ی افراد و همه عالم است.

۳-۲- راه‌های خلاصی از شدائد قیامت

درآیات و روایات مواردی بیان شده که سبب تخلص از شدائد قیامت و ایمنی از فرغ اکبر خواهد شد از جمله:

۱- ولایت و محبت امیرالمومنین علی عليه السلام: خداوند در قرآن می‌فرماید: «مَنْ جَاءَ بِالْحَسَنَةِ فَلَهُ خَيْرٌ مِنْهَا وَهُمْ مِنْ فَزَعٍ يَوْمَئِذٍ آمِنُونَ» (نمل، ۸۹)؛ و طبق روایات، حسنه، ولایت امیرالمومنین علی عليه السلام است. (البرهان ج ۴ ص ۲۳۲)

۲- احترام و تعظیم کسی که در راه اسلام موی خود را سفید کرده است. «قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: مَنْ وَقَّرَ ذَا شَيْبَةٍ فِي الْإِسْلَامِ، آمَنَهُ اللَّهُ عَزَّ وَجَلَّ - مِنْ فَزَعِ يَوْمِ الْقِيَامَةِ». (الکافی ج ۲ ص ۶۵۸)

۳- کسی که در راه مکه بمیرد چه در راه رفت و چه در راه برگشت عَنْ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ عليه السلام قَالَ: «مَنْ مَاتَ فِي طَرِيقِ مَكَّةَ ذَاهِباً أَوْ جَائِئاً آمِنٌ مِنَ الْفَزَعِ الْأَكْبَرِ - يَوْمَ الْقِيَامَةِ» (الکافی ج ۴ ص ۲۶۳)

۴- کسی که به خاطر ترس از خداوند، از گناه یا شهوت ناروایی که برایش پیش آید اجتناب کند. قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: «مَنْ عَرَضَتْ لَهُ فَاحِشَةٌ أَوْ شَهْوَةٌ فَاجْتَنَبَهَا مِنْ مَخَافَةِ اللَّهِ عَزَّ وَجَلَّ حَرَّمَ اللَّهُ عَلَيْهِ النَّارَ وَآمَنَهُ مِنَ الْفَزَعِ الْأَكْبَرِ» (امالی صدوق، ص ۴۲۹ مجلس ۶۶)

۵- کسی که به جای دشمن داشتن مردم، نفس خود را دشمن بدارد. «قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: «مَنْ مَقَّتْ نَفْسَهُ دُونَ مَقَّتِ النَّاسِ آمَنَهُ اللَّهُ مِنْ فَزَعِ يَوْمِ الْقِيَامَةِ». (ثواب الاعمال ص ۱۸۱)

۶- کسی که خشم خود را فرو خورد در حالی که می‌تواند آن را بروز دهد. قَالَ أَبُو عَبْدِ اللَّهِ عَلَيْهِ السَّلَامُ: «مَنْ كَظَمَ غَيْظَهُ وَهُوَ يَقْدِرُ عَلَىٰ إِتْفَادِهِ مَلَأَ اللَّهُ قَلْبَهُ أَمْنًا وَإِيمَانًا إِلَىٰ يَوْمِ الْقِيَامَةِ». (مشكاة الانوار ص ۲۱۷)

۷- خواندن بعضی از سوره‌های قرآن: تلاوت سوره یوسف در هر روز یا در هر شب «وَعَنْ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ عَلَيْهِ السَّلَامُ قَالَ: مَنْ قَرَأَ سُورَةَ يُوسُفَ فِي كُلِّ يَوْمٍ أَوْ فِي كُلِّ لَيْلَةٍ بَعَثَهُ اللَّهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ وَجَمَالُهُ كَجَمَالِ يُوسُفَ وَلَا يُصِيبُهُ فَرْعُ يَوْمِ الْقِيَامَةِ» (البرهان ج ۳ ص ۱۵۳)؛ خواندن سوره دخان در نمازهای واجب و مستحب. «عَنْ أَبِي جَعْفَرٍ عَلَيْهِ السَّلَامُ مَنْ قَرَأَ حَمَّ الدُّخَانِ فِي فَرَائِضِهِ وَتَوَافِلِهِ بَعَثَهُ اللَّهُ مِنَ الْأَمْنِينَ يَوْمَ الْقِيَامَةِ» (نورالتقلین ج ۴ ص ۶۱۹)؛ خواندن سوره احقاف در هر شب یا هر جمعه. «وَعَنْ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ عَلَيْهِ السَّلَامُ: مَنْ قَرَأَ فِي كُلِّ لَيْلَةٍ أَوْ كُلِّ جُمُعَةٍ سُورَةَ الْأَحْقَافِ لَمْ تُصَبِّهِ رُوعَةٌ فِي الدُّنْيَا وَآمَنَهُ اللَّهُ مِنْ فَرْعِ يَوْمِ الْقِيَامَةِ» (البرهان ج ۵ ص ۳۵).

نتیجه‌گیری:

در دعای شریف ابوحمزه ثمالی، امام سجاد علیه السلام، دعاکننده را در میان بیم و امید قرار می‌دهد تا رحمت خداوند متعال را متوجه خود سازد. در قسمتی از دعا امام به گوشه‌هایی از زندگی پس از مرگ و اتفاقاتی که بعد از جدا شدن روح از بدن برای انسان پیش می‌آید، همچنین به حالت‌هایی که برای انسان در موقع برانگیخته شدن بوجود می‌آید، اشاراتی دارد و سخت‌ترین و هولناک‌ترین مواقف پس از مرگ را برای انسان بیان می‌نماید یعنی خروج جان از بدن، ورود به عالم قبر و خروج از آن در قیامت کبری.

در این مقاله آیات و روایات متعددی از ائمه معصومین علیهم السلام که بر این امر مهم و یقینی دلالت دارد، آورده شد و سعی شد تا با شرح کلمات نورانی آن بزرگوار و بیان راه‌های کاهش و آسانی سکرات مرگ، راه‌های تخفیف یا حذف فشار قبر، راه‌های آسان شدن سؤال قبر و راه‌های خلاصی از شدائد قیامت بیان گردد و باعث بیداری فطرت انسانها شود تا انسان با آگاهی از اثرات معنوی اعمال دنیوی و بازتاب آن بر سکرات مرگ، عالم برزخ و حشر در صدد کسب توشه‌ای باشد تا این راه مخوف را با وضع بهتری طی نماید.

منابع

قرآن کریم، ترجمه مهدی الهی قمشه ای *

نهج البلاغه، محمد بن حسین شریف الرضی، ترجمه: محمد دشتی *

ابن بابویه قمي (۱۳۸۵)، ابو جعفر محمد بن علي: الخصال، ترجمه یعقوب جعفري، قم، اندیشه هادي. (.....): من لا يحضره الفقيه (۱۴۱۳ق)، ج ۴، قم، دفتر انتشارات اسلامي وابسته به جامعه مدرسین حوزه علمیه قم.

(.....): ثواب الأعمال و عقاب الأعمال (۱۴۰۶ق)، قم، دارالشریف الرضی للنشر، چاپ: دوم.

(.....): الأمالی (۱۳۷۶ش)، ترجمه کمراهی، تهران، کتابچی، چاپ: ششم.

احمدی، فاطمه (۱۳۹۲)، دنیا مرگ و برزخ در آیین نهج البلاغه، تهران، کتاب نیستان.

جوادی آملی، عبدالله (۱۳۸۰)، معاد در قرآن، ج ۵، قم، مرکز نشر اسراء.

جمعی از نویسندگان (۱۳۸۵)، فرهنگ شیعه، ج ۱، قم، زمزم.

حراملی، محمد بن الحسن (۱۳۸۷)، وسائل الشیعه، ج ۳ و ۱۳ و ۱۶، قم، ذوی القربی.

حبیبیان، احمد (۱۳۹۳)، تصویری از بهشت و جهنم، تهران، بین الملل، چاپ ۲۷.

خزایی، محمد علی (۱۳۸۷)، متن و شرح و تفسیر دعای ابو حمزه، قم، ابتکار دانش.

سبحانی، جعفر (۱۳۸۵)، معاد شناسی، ترجمه علی شیروانی، قم: دارالفکر.

طباطبایی، محمد حسین (۱۳۸۸)، المیزان فی تفسیر القرآن، ترجمه محمد باقر موسوی همدانی، ج ۲۰، قم، دفتر انتشارات اسلامي وابسته به جامعه مدرسین حوزه علمیه قم.

طبرسی، ابومنصور احمد بن علی بن ابی طالب (۱۳۸۰)، تفسیر مجمع البیان، ترجمه علی کریمی، تهران، وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامي.

طوسی، محمد بن حسن (۱۴۱۱ق)، مصباح المتهجد و سلاح المتعبد، بیروت، مؤسسه فقه شیعه، چاپ اول.

(.....) (۱۴۱۴ق)، الامالی، محقق مؤسسه البعثة، قم، دارالثقافة، چاپ اول.

العروسی الحویزی، عبد علی بن جمعه (۱۴۱۵ق)، نور الثقلین، تهران، دارالکتب الاسلامیه.

عالمی، علی (۱۳۹۳)، معاد در پرتو قرآن و حدیث، قم، سفیر صادق، چاپ اول.

عاملی کفعمی، ابراهیم علی (۱۴۰۵ق)، المصباح للكفعمی، قم، دارالرضی، چاپ دوم.

قرشی، علی اکبر (۱۳۸۱)، قاموس قرآن، ج ۵، تهران، دارالکتب الاسلامیه، چاپ سیزدهم.

قمی، عباس، مفاتیح الجنان (۱۳۸۳)، ترجمه الهی قمشه ای، قم، آرموس، چاپ دوم.

(.....) (۱۳۹۰)، منازل آلاخره و مطالب الفاخره، قم، مسجد مقدس جمکران، چاپ سیزدهم.

کریمی نیا، محمد علی (۱۳۸۶)، شگفتی‌های برزخ، قم، کوثر ادب، چاپ ششم.

کلینی، محمد یعقوب (۱۴۰۷)، **الکافی**، محقق علی اکبر غفاری، ج ۲ و ۴، تهران، دارالکتب الاسلامی. مجلسی، محمدباقر بن محمد تقی (۱۴۰۳ق)، **بحار الانوار**، ج ۶ و ۷ و ۱۱ و ۸۴، بیروت، داراحیاء التراث العربی، چاپ دوم.

(.....) (۱۳۶۴)، **الروضة در مبانی اخلاق** (ترجمه جلد ۷۴ بحار الأنوار)، تهران، چاپ: دوم.

محمدي ري شهري، محمد (۱۳۷۷)، **میزان الحکمه**، ترجمه حمیدرضا شیخی، ج ۱۱، قم، دارالحدیث. مطهری، مرتضی (۱۳۷۵)، **زندگی جاوید یا حیات اخروی**، تهران، صدرا.

محقق کرکی، علی بن حسین (۱۴۱۴ق)، **جامع المقاصد**، ج ۱، قم، مؤسسه آل البيت.

مکارم شیرازی و همکاران (۱۳۸۱)، ناصر، **پیام قرآن**، تهران، دارالکتب الاسلامیه، چاپ ششم.

(.....) (۱۳۷۴)، **تفسیر نمونه**، ج ۴، تهران، دارالکتب الاسلامیه، ۱۳۷۴.

(.....) (۱۳۵۳)، **معاد و جهان پس از مرگ**، قم، مطبوعاتی هدف.

مفید، محمد بن محمد (۱۳۶۴)، **الأمالی**، ترجمه استاد ولی، مشهد، آستان قدس رضوی، چاپ: اول.

نوری، حسین بن محمد تقی (۱۴۰۸ق)، **مستدرک الوسایل و مستنبط المسائل**، مصحح: مؤسسه آل البيت علیهم السلام، ج ۲ و ۵، قم، مؤسسه آل البيت علیهم السلام.

نجفی، محمد حسن (۱۴۰۴ق)، **جواهرالکلام فی شرح شرایع الاسلام**، بیروت، داراحیاء التراث العربی. مقالات

«سی درس تربیتی و اخلاقی از دعای ابوحمزه ثمالی» نویسنده: پاک نیا تیریزی، عبدالکریم؛ مبلغان اردیبهشت و خرداد ۱۳۹۸ - شماره ۲۳۹ (۳۴ صفحه - از ۶۲ تا ۹۵

«برزخ حقیقتی انکارناپذیر» نویسنده: قاسمی، علی محمد؛ معرفت دی ۱۳۸۲ - شماره ۱۳۷۳ (ISC صفحه - از ۶۸ تا ۸۰)

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی
رتال جامع علوم انسانی