

<https://hawzah.net/fa/Article/View/98928/%D8%AF%D8%B9%D8%AY-%D8%A8%D8%B1%D8%AY%DB%8C-%D8%B1%D9%81%D8%B9-%D8%BA%D9%85-%D9%88-%D8%AY%D9%86%D8%AF%D9%88%D9%87-%D9%88-%DA%AF%D8%B1%D9%81%D8%AA%D8%AY%D8%B1%DB%8C-%D9%87%D8%AY>

گنجینه معارف (fa/Article/List/)

دعا برای رفع غم و اندوه و گرفتاری ها



(jpg.98512/رفع گرفتاری/Article/Image/)

31

تاریخ انتشار : ۱۳۹۸/۱۲/۲۰



بازدید : ۷۹۲۱۰

منبع : کلیات مفاتیح نوین، ص: ۱۱۲۶ ،

۱- دعا برای رفع هرگونه غم و اندوه (از صحیفه سجادیه)

یا فارجِ الْهَمِّ، وَ كاشِفِ الْغَمِّ، یا رَحْمَنَ الدُّنْيَا وَ الْآخِرَةِ وَ رَحِيمَهُمَا ،

ای گشاینده گرفتاری و بر طرف کننده اندوه ای بخشنده و مهربان در دنیا و آخرت،

صَلِّ عَلَی مُحَمَّدٍ وَآلِ مُحَمَّدٍ، وَ افْرِجْ هَمِّی، وَ اكشِفْ غَمِّی، یا واجِدُ یا

بر محمد و خاندان پاکش درود فرست و گرفتاریم را بگشا و اندوهم را برطرف کن، ای یگانه، ای

احدُ یا صمدُ، یا مَنْ لَمْ یلدُ وَلَمْ یولدْ، وَ لَمْ یکنْ لَهُ کفوًا احدٌ، اعصمنی

یکتا و ای توانا، ای که نزاده و زاییده نشده، و برای او مانندی نیست، مرا حفظ کن

وَ طَهِّرْ نَفْسَی، وَ اذْهَبْ بِبَلِیَّتِی ، «اللَّهُ لَإِلَهِ إِلَّا هُوَ الْحَیُّ الْقَیُّوْمُ، لَا تَأْخُذُهُ سِنَّةٌ

و پاکیزه دار، و بلا را از من دور کن، هیچ معبودی جز خداوند یگانه زنده نیست که قائم به ذات خویش است هیچ گاه خواب

وَلَا نَوْمٌ، لَهُ مَا فِی السَّمَوَاتِ وَ مَا فِی الْأَرْضِ، مَنْ ذَا الَّذِی یشفَعُ عِنْدَهُ

سبک و سنگینی او را فرا نمی گیرد آنچه در آسمانها و زمین است از آن اوست کیست که در نزد او جز به فرمان او شفاعت کند؟!

إِلَّا يَأْذَنُ، يَعْلَمُ مَا بَيْنَ أَيْدِيهِمْ، وَمَا خَلْفَهُمْ، وَلَا يَحِيطُونَ بِشَيْءٍ مِّنْ

آنچه را در پیش روی آنها [/ بندگان] و پشت سرشان است می داند و کسی از علم او آگاه نمی گردد

عِلْمِهِ إِلَّا بِمَا شَاءَ، وَسِعَ كُرْسِيُّهُ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضَ، وَ لَا يَئُودُهُ حِفْظُهُمَا

جز به مقداری که او بخواهد، تخت (حکومت) او، آسمانها و زمین را در برگرفته و نگهداری آن دو [/ آسمان و زمین] او را خسته نمی کند،

وَ هُوَ الْعَلِيُّ الْعَظِيمُ، لَا إِكْرَاهَ فِي الدِّينِ، قَدْ تَبَيَّنَ الرُّشْدُ مِنَ الْغَىِّ، فَمَن

بلندی مقام و عظمت مخصوص اوست، در قبول دین اکراهی نیست (زیرا) راه درست از راه نادرست روشن است بنابراین

يَكْفُرُ بِالطَّغُوتِ وَ يَأْمُنُ بِاللَّهِ، فَقَدِ اسْتَمْسَكَ بِالْعُرْوَةِ الْوُثْقَىٰ لِأَنَّفْسَامَ

کسی که به طاغوت [/ بت و شیطان] کافر شود و به خدا ایمان آورد به دستگیره مهمی چنگ زده است که گسستن برای آن نیست

لَهَا، وَاللَّهُ سَمِيعٌ عَلِيمٌ، اللَّهُ وَلِيُّ الَّذِينَ ءَامَنُوا، يُخْرِجُهُم مِّنَ الظُّلُمَاتِ إِلَىٰ

و خداوند شنوا و داناست، خداوند ولی و سرپرست کسانی است که ایمان آورده اند آنها را از ظلمتها به سوی

النُّورِ، وَالَّذِينَ كَفَرُوا أُولِيَاءُ هُمُ الطَّغُوتِ، يُخْرِجُونَهُم مِّنَ النُّورِ إِلَىٰ

نور بیرون می برد، (اما) کسانی که کافر شدند اولیای آنها طاغوت است که آنها را از نور به سوی

الظُّلُمَاتِ، أُولَٰئِكَ أَصْحَابُ النَّارِ هُمْ فِيهَا خَالِدُونَ» * «بِسْمِ اللَّهِ

ظلمتها بیرون می برند آنها اهل آتشند و جاودانه در آن خواهند ماند. * بنام خداوند

الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ، قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ الْفَلَقِ، مِن شَرِّ مَا خَلَقَ، وَمِن شَرِّ غَاسِقٍ

بخشنده مهربان، پناه می برم به پروردگار سپیده صبح از شر آنچه آفریده است و از شر هر موجود شرور

إِذَا وَقَبَ، وَمِن شَرِّ النَّفَّثَاتِ فِي الْعُقَدِ، وَمِن شَرِّ حَاسِدٍ إِذَا حَسَدَ» *

هنگامی که شبانه وارد می شود، و از شر آنها که با افسون در گره ها می دمنند (و هر تصمیمی را سست می کنند) و از شر هر حسود هنگامی که حسد می ورزد*

«بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ، قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ النَّاسِ، مَلِكِ النَّاسِ، إِلَه

به نام خداوند بخشنده مهربان، بگو پناه می برم به پروردگار مردم، به مالک و حاکم مردم، به (خدا و) معبود

النَّاسِ مِن شَرِّ الْوَسْوَاسِ الْخَنَّاسِ، الَّذِي يُوَسْوِسُ فِي صُدُورِ النَّاسِ،

مردم از شر وسوسه گر پنهانکار که در درون سینه انسانها وسوسه می کند، خواه

مِنَ الْجِنَّةِ وَ النَّاسِ» * «بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ قُلْ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ،

از جن باشد یا از انسان* به نام خداوند بخشنده مهربان، بگو خداوند یکتا و یگانه است،

اللَّهُ الصَّمَدُ، لَمْ يَلِدْ وَلَمْ يُولَدْ، وَلَمْ يَكُنْ لَهُ كُفُوًا أَحَدٌ» اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ

خداوندی است که همه نیازمندان قصد او می کنند (هرگز) نژاد و زاده نشد و برای او هیچ گاه شبیه و مانندی نبوده است خدایا مانند کسی که

سُؤَالَ مَنْ اسْتَدَّتْ فَاقْتَهُ، وَ ضَعَفَتْ قُوَّتُهُ، وَ كَثُرَتْ ذُنُوبُهُ، سُؤَالَ مَنْ لَا

نیازش شدید و توانش کم و گناهانش افزون شده و همانند کسی که برای نیازش

يَجِدُ لِإِقَاتِهِ مُغِيثًا، وَ لَا لِضَعْفِهِ مُقْوِيًّا، وَ لَا لِذَنْبِهِ غَافِرًا غَيْرَكَ، يَا

فریادرس و برای ناتوانیش نیروبخش و برای گناهش بخشنده ای جز تو نمی یابد از تو می خواهم ای

ذَالْجَلَالِ وَ الْإِكْرَامِ، اسْأَلُكَ عَمَلًا تُحِبُّ بِهِ مَنْ عَمِلَ بِهِ، وَ يَقِينًا تَنْفَعُ بِهِ

صاحب جلال و بزرگواری، (توفیق انجام) عملی را که انجام دهنده آن را دوست داری

مَنْ اسْتَيْقَنَ بِهِ حَقَّ الْيَقِينِ فِي نَفَادِمِرِكَ، اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَ آلِ

و یقینی که هر کس به عالیترین درجه آن برسد در انجام فرمانت از آن سود برد، خدایا بر محمد و خاندان پاکش

مُحَمَّدٍ، وَ أَقْبِضْ عَلَى الصَّدَقِ نَفْسِي، وَ أَقْطَعْ مِنَ الدُّنْيَا حَاجَتِي، وَ اجْعَلْ

درود فرست و بر حال صداقت و راستی جانم را بگیر و نیازم را از دنیا کوتاه کن و

فِي مَا عِنْدَكَ رَغْبَتِي، سُؤْقًا إِلَى لِقَائِكَ، وَ هَبْ لِي صِدْقَ التَّوَكُّلِ عَلَيْكَ ،

اشتیاقم را به آنچه در نزد توست قرار ده در حالی که مشتاق دیدار توام، و اعتماد راستین بر خودت را به من ببخش،

اسْأَلُكَ مِنْ خَيْرِ كِتَابٍ قَدْ خَلَا، وَاعْوِذُ بِكَ مِنْ شَرِّ كِتَابٍ قَدْ خَلَا، اسْأَلُكَ

از بهترین چیزی که در نامه عملم به جای مانده از تو خواهانم و از بدیهای بر جای مانده در آن به تو پناه می برم،

خَوْفَ الْعَابِدِينَ لَكَ، وَ عِبَادَةَ الْخَاشِعِينَ لَكَ، وَ يَقِينَ الْمُتَوَكِّلِينَ عَلَيْكَ ،

از تو خوف عابدان و بندگی خاشعان و یقین متوکلان و اعتماد مؤمنان به تو

وَ تَوَكَّلَ الْمُؤْمِنِينَ عَلَيْكَ، اللَّهُمَّ اجْعَلْ رَغْبَتِي فِي مَسْأَلَتِي مِثْلَ رَغْبَةِ

را خواهانم، خدایا اشتیاقم را در خواستن از خودت مانند اشتیاق

أَوْلِيَائِكَ فِي مَسَائِلِهِمْ، وَ رَهْبَتِي مِثْلَ رَهْبَةِ أَوْلِيَائِكَ، وَ اسْتَغْمِلْنِي فِي

دوستانت در خواسته هایشان، و ترسم را مانند ترس دوستانت قرار ده، و مرا به عملی که در

مَرْضَاتِكَ عَمَلًا لَا تُزَكِّ مَعَهُ شَيْئًا مِنْ دِينِكَ مَخَافَةَ أَحَدٍ مِنْ خَلْقِكَ، اللَّهُمَّ

مسیر خشنودیت قرار دارد وادار، که از ترس مخلوقات چیزی از دینت را ترک نکنم، خدایا

هَذِهِ حَاجَتِي فَأَعْظِمْ فِيهَا رَغْبَتِي، وَ أَظْهِرْ فِيهَا عُذْرِي، وَلَقِّنِي فِيهَا

این خواسته من است پس شوقم را در آن زیاد کن و (در صورت ترک آن) عذرم را ظاهر و دلیلم را به من بیاموز

حُجَّتِي، وَ عَافِ فِيهَا جَسَدِي، اللَّهُمَّ مَنْ أَصْبَحَ لَهُ ثِقَّةٌ أَوْ رَجَاءٌ غَيْرُكَ ،

و در رسیدن به آن جسمم را عافیت بخش، خدایا اگر کسی صبح کند در حالی که تکیه گاه یا امیدی جز تو داشته باشد

فَقَدْ أَصْبَحْتُ وَ أَنْتَ ثِقَّتِي وَ رَجَائِي فِي الْأُمُورِ كُلِّهَا، فَأَقْضِ لِي بِخَيْرِهَا

ولی من صبح می کنم در حالی که تکیه گاه و امیدم در همه کارها تویی پس به بهترین عاقبت بر من حکم کن

عَاقِبَةً، وَ نَجِّنِي مِنْ مُضِلَّاتِ الْفِتَنِ، بِرَحْمَتِكَ يَا اَرْحَمَ الرَّاحِمِينَ ،

و مرا از فتنه های گمراه کننده رهایی بخش، به لطف و رحمت ای مهربان ترین مهربانان

وَ صَلَّى اللَّهُ عَلَى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ رَسُولِ اللَّهِ الْمُصْطَفَى، وَعَلَى آلِهِ الطَّاهِرِينَ^[1] .

و بر آقا و سرور ما محمد فرستاده برگزیده خدا و بر خاندان پاکش درود فرست.



۲- امام امیرمؤمنان علیه السلام از رسول خدا صلی الله علیه و آله نقل کرده است که هر غم‌دیده و محزون و گرفتار و خائفی این دعا را بخواند، خداوند برای او گشایشی فراهم سازد:

يَا عِمَادَ مَنْ لَا عِمَادَ لَهُ، وَ يَا ذُخْرَ مَنْ لَا ذُخْرَ لَهُ، وَيَا سَنَدَ مَنْ لَا سَنَدَ لَهُ ،

ای تکیه گاه آن که تکیه گاهی ندارد و ای ذخیره آن که ذخیره ای ندارد و ای پشتیبان کسی که پشتیبانی ندارد

وَيَا حِزْرَ مَنْ لَا حِزْرَ لَهُ، وَيَا غِيَاثَ مَنْ لَا غِيَاثَ لَهُ، وَيَا كَنْزَ مَنْ لَا كَنْزَ لَهُ

و ای نگهدار کسی که نگهداری ندارد، و ای فریادرس کسی که فریادرسی ندارد و ای گنج کسی که گنجی ندارد،

لَهُ، وَيَا عِزَّ مَنْ لَا عِزَّ لَهُ، يَا كَرِيمَ الْعَفْوِ، يَا حَسَنَ التَّجَاوُزِ، يَا عَوْنَ

ای عزت بخش کسی که عزت بخشی ندارد، ای در گذرنده بزرگوار، ای نیکو در گذرنده، ای یاور

الضُّعْفَاءِ، يَا كَنْزَ الْفُقَرَاءِ، يَا عَظِيمَ الرَّجَاءِ، يَا مُنْقِذَ الْعَرْقَى، يَا مُنْجِي

ناتوانان، ای گنج نیازمندان، ای امید بزرگ، ای نجات دهنده غریقان، ای رهایی بخش

الْهَلْكَى، يَا مُحْسِنُ يَا مُجْمِلُ، يَا مُنْعِمُ يَا مُفْضِلُ، أَنْتَ الَّذِي سَجَدَ لَكَ

هلاک شوندگان، ای نیکوکار، ای زیبایی بخش، ای روزی ده، ای فزونی بخش، تویی که

سَوَادُ اللَّيْلِ وَ نُورُ النَّهَارِ، وَ ضَوْءُ الْقَمَرِ وَ شِعَاعُ الشَّمْسِ، وَ حَفِيفُ الشَّجَرِ

سیاهی شب و روشنی روز و نور خورشید و ماه و همه برگ درختان

وَ دَوَى الْمَاءِ، يَا اللَّهُ يَا اللَّهُ، لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ، وَ خَدَكَ لَا شَرِيكَ لَكَ، يَا

و صدای جریان آب در برابرت سجده و خضوع کرده، ای خدا، ای خدا، ای خدا، معبودی جز تو نیست، یگانه ای که شریکی برایت نیست، ای

رَبَّاهُ يَا اللَّهُ، صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَ آلِ مُحَمَّدٍ، وَافْعَلْ بِنَا مَا أَنْتَ أَهْلُهُ، وَنَجِّنَا

پروردگار من ای خدا بر محمد و خاندان پاکش درود فرست، و آنچه تو شایسته آنی در مورد ما انجام ده و ما را به عفو

مِنَ النَّارِ بَعْفُوكَ، وَادْخِلْنَا الْجَنَّةَ بِرَحْمَتِكَ، وَزَوِّجْنَا مِنَ الْخُورِ الْعَيْنِ

از آتش دوزخ رهایی بخش و به لطف و رحمتت در بهشت داخل کن، و به بخششت از حورالعین به همسری

بِجُودِكَ، وَصَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَآلِ مُحَمَّدٍ، وَافْعَلْ بِي مَا أَنْتَ أَهْلُهُ، يَا اِزْحَم

ما درآور و بر محمد و خاندان پاکش درود فرست و آنچه تو شایسته آنی در مورد من انجام ده، ای مهربان ترین

الرَّاحِمِينَ، أَنْكَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ.

مهربانان به یقین تو بر انجام هر چیز توانایی.

پس از خواندن دعا، حاجت خود را از خدا طلب کن که ان شاءالله به اجابت می رسد.^[۲]



۳- برای گشایش در کارها و رفع گرفتاری و غم، خواندن این ذکر و مواظبت بر آن، که امام جواد علیه السلام آن را تعلیم فرمود، نافع است:

يَا مَنْ يَكْفِي مِنْ كُلِّ شَيْءٍ، وَلَا يَكْفِي مِنْهُ شَيْءٌ، اِكْفِنِي مَا اِهْمَنِي .^[۳]

ای کسی که از هر چیز بی نیازی و چیزی از تو بی نیاز نیست، آنچه فکر مرا به خود مشغول داشته برآور.



۴- از رسول گرامی اسلام صلی الله علیه و آله روایت شده است که هر کس را مشکلی، یا اندوهی، یا بلا و شدتی پیش آید، بگوید: **اللَّهُ رَبِّي لَا أُشْرِكُ بِهِ شَيْئًا، تَوَكَّلْتُ عَلَى الْحَيِّ الَّذِي لَا يَمُوتُ** .^[۴]

خدا پروردگار من است که چیزی را برای او شریک قرار نمی دهم، بر آن زنده ای که (هرگز) نمیرد تکیه می کنم.



۵- از امام صادق علیه السلام نقل شده است که چون برادران یوسف آن حضرت را به چاه افکندند، جبرئیل نزد او آمد و گفت: در این جا چه می کنی؟ یوسف گفت: برادرانم مرا در این چاه افکندند و رفتند. جبرئیل گفت:

آیا دوست داری از این جا بیرون آیی؟ گفت: این وابسته به مشیت خداوند است؛ اگر خواست مرا بیرون می آورد. جبرئیل گفت: خداوند می فرماید: این دعا را بخوان تا تو را رهایی بخشم؛ بگو:

اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ بِأَنَّ لَكَ الْحَمْدَ، لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ الْمَنَّانُ بَدِيعَ السَّمَوَاتِ

خدایا به حق این که حمد و سپاس مخصوص توست، معبودی جز تو نیست که روزی ده و پدیدآورنده آسمان

• وَالْأَرْضِ، ذُو الْجَلَالِ وَالْإِكْرَامِ، اِنْ تُصَلِّىْ عَلٰى مُحَمَّدٍ وَ آلِ مُحَمَّدٍ، وَ اِنْ

و زمینی و صاحب جلال و بزرگواری، از تو می خواهم که بر محمد و خاندان پاکش درود فرستی و از

تَجْعَلَ لِي مِمَّا اَنَا فِيهِ فَرْجًا وَ مَخْرَجًا ^[۵] .

مشکلی که من در آنم گشایش و راه خروجی برایم قرار دهی.

در نتیجه کاروانی آمد و آن گونه که قرآن نقل کرده، او را از چاه نجات داده و با خود به مصر بردند.



۶- روایت شده که امام باقر علیه السلام در مشکلات چنین دعا می کرد:

اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَ آلِ مُحَمَّدٍ، وَ اغْفِرْ لِي وَ ارحمني، وَ زَكِّ عَمَلِي ،

خدایا بر محمد و خاندان پاکش درود فرست و مرا بیامرز و به من رحم کن و عملم را پاکیزه گردان،

وَيَسِّرْ مُنْقَلَبِي، وَ اهْدِ قَلْبِي، وَ آمِنْ خَوْفِي، وَ عَافِنِي فِي عُمْرِي كُلِّهِ ،

و بازگشتم را آسان کن و دلم را (به راه راست) هدایت کن و ترسم را ایمن گردان و در تمام عمر سلامتتم بدار،

وَ ثَبِّثْ حُجَّتِي، وَ اغْفِرْ خَطَايَايَ، وَ بَيِّضْ وَجْهِي، وَ اغْصِنِي فِي دِينِي ،

و دلیلیم را محکم گردان، و از اشتباهاتم در گذر و چهره ام را نورانی گردان، و دینم را حفظ کن

• وَ سَهِّلْ مَطْلَبِي، وَ وَسِّعْ عَلَيَّ فِي رِزْقِي، فَائِي ضَعِيفًا، وَ تَجَاوَزْ عَنِّي سَيِّئًا

و خواسته ام را آسان گردان، و روزیم را وسعت ده، چرا که من ناتوانم، و از بدی آنچه

• مَا عِنْدِي بِحَسَنِ مَا عِنْدَكَ، وَ لَا تَفْجَعْنِي بِنَفْسِي، وَ لَا تَفْجَعْ لِي حَمِيمًا ،

نزد من است به خوبی آنچه نزد توست در گذر، و مرا به نفسم و خویشاوندانم داغدار مکن،

• وَ هَبْ لِي يَا اَلٰهِي لِحْظَةً مِّنْ لِّحَظَاتِكَ، تَكْشِفُ بِهَا عَنِّي جَمِيعَ مَا بِيْهِ

و ای معبود من توجهی از توجهاتت را به من ببخش که به واسطه آن تمامی گرفتاریهایم را برطرف کنی،

• اِبْتَلَيْتَنِي، وَ تَرَدُّ بِهَا عَلَيَّ مَا هُوَ اَحْسَنُ عَادَتِكَ عِنْدِي، فَقَدْ ضَعَفْتُ

و بهترین شیوه ات در نزد من را به من بازگردانی، چرا که نیرویم سست

• قُوَّتِي، وَ قَلَّتْ حِيلَتِي، وَ انْقَطَعَ مِنِّي خَلْقِكَ رَجَائِي، وَ لَمْ يَبْقَ اِلَّا رَجَاؤُكَ ،

و چاره ام کم شده و امیدم از آفریدگانت قطع شده و جز امید و

• وَ تَوَكَّلِي عَلَيْكَ، وَ قُدْرَتُكَ عَلَيَّ يَا رَبِّ اِنْ تَزَحْمَنِي وَ تُعَافِنِي، كَقُدْرَتِكَ

اعتماد به تو (چیزی برایم) باقی نمانده ای پروردگار من قدرتت بر رحم کردن و عافیت بخشیدن به من همانند قدرتت

عَلَىٰ أَنْ تُعَذِّبَنِي وَ تَبْتَلِيَنِي، اَلِهَىٰ ذِكْرٌ عَوَائِدِكَ يُؤْنِسُنِي، وَ الرَّجَاءُ ۝

بر عذاب کردن و گرفتار کردن من است، ای معبود من یاد نعمتهایت با من انس گرفته و امیدم به
لِإِنْعَامِكَ يَقْوِيَنِي، وَلَمْ أَخْلُ مِنْ نِعْمِكَ مُنْذُ خَلَقْتَنِي، وَأَنْتَ رَبِّي وَسَيِّدِي ،
نعمتهایت مرا تقویت نموده و از زمانی که مرا آفریدی از نعمتهایت دور نبودم و تو پروردگار و آقا و
سرور من،

وَ مَفْرَعِي وَ مَلْجَأِي، وَ الْحَافِظُ لِي وَ الدَّابُّ عَنِّي، وَ الرَّحِيمُ بِي وَ الْمُتَكَفِّلُ ۝

و پناهگاه و مأمن منی، و نگهدار مدافع و مهربان بر من و عهده دار
بِرِزْقِي، وَ فِي قَضَائِكَ وَ قُدْرَتِكَ كُلِّ مَا أَنَا فِيهِ، فَلْيَكُنْ يَا سَيِّدِي
روزی منی، و آنچه من در آنم در فرمان و قدرت توست، پس ای آقا و سرور
وَ مَوْلَايَ، فِيمَا قَضَيْتَ وَ قَدَّرْتَ وَ حَتَمْتَ، تَعْجِيلُ خَلَاصِي مِمَّا أَنَا فِيهِ
و مولای من پس در آنچه حکم کرده و مقرر فرموده و حتمی نموده ای رهایی سریع را از تمامی
جَمِيعِهِ، وَ الْعَافِيَةُ لِي، فَاتَىٰ لَا أَحَدٌ لِي دَفْعَ ذَلِكَ أَحَدًا غَيْرِكَ، وَلَا اعْتِمِدَ ۝
مشکلاتی که من در آنم به همراه سلامتیم قرار ده چرا که برای دفع آن کسی را جز تو نمی یابم و بر
کسی

فِيهِ إِلَّا عَلَيَّكَ، فَكُنْ يَا ذَا الْجَلَالِ وَالْإِكْرَامِ عِنْدَ أَحْسَنِ ظَنِّي بِكَ، وَرَجَائِي

جز تو تکیه نمی کنم، ای صاحب جلال و بزرگواری آن گونه که من به تو گمان نیکو و امید دارم با
من رفتار کن،

لَكَ، وَ اِزْحَمَ تَضْرُعِي وَ اسْتِكَانَتِي، وَ ضَعْفَ رُكْنِي، وَ اِثْمُنْ بِذَلِكَ عَلَيَّ ،

و بر التماس و بیچارگی و ناتوانی جسمیم رحم کن و به آن بر من و هر
وَ عَلَيَّ كُلِّ دَاعٍ دَعَاكَ، يَا اِزْحَمَ الرَّاحِمِينَ، وَ صَلَّى اللَّهُ عَلَيَّ مُحَمَّدٍ وَ آلِهِ ۝^[۶]
آن که تو را می خواند منت گذار ای مهربان ترین مهربانان و درود خدا بر محمد و خاندان پاکش
باد.



۷- از امام صادق علیه السلام روایت شده است که فرمود: امام علی بن الحسین علیهما السلام می
فرمود: هرگاه این دعا را بخوانم، باکی ندارم اگر جنّ و انس برای ضرر زدن به من جمع شوند. (کاری
نخواهند کرد):

بِسْمِ اللَّهِ وَ بِاللَّهِ، وَ مِنَ اللَّهِ وَ إِلَى اللَّهِ، وَ فِي سَبِيلِ اللَّهِ، وَ عَلَيَّ مِلَّةَ رَسُولِ اللَّهِ ،

به نام خدا و به یاریش و از او به سوی او و در راه خدا و بر دین رسول خدا

صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَ آلِهِ، اللَّهُمَّ اَلَيْكَ اسَلَمْتُ نَفْسِي، وَ اَلَيْكَ وَجَّهْتُ وَجْهِي ،

- که درود خدا بر او و خاندان پاکش باد- خدایا خود را به تو تسلیم کرده و به سوی تو روی نمودم،

وَ الْيَكُ الْجَاثُ ظَهْرِي، وَ الْيَكُ فَوْضْتُ امْرِي، اللَّهُمَّ احْفَظْنِي بِحِفْظِ

و به تو دلگرم شده و کارم را به تو واگذار نمودم، خدایا مرا در پناه

الإِيمَانِ مِنْ بَيْنِ يَدَيَّ، وَ مِنْ خَلْفِي وَ عَنِ يَمِينِي وَ عَنِ شِمَالِي، وَ مِنْ

ایمان از پیش رو و پشت سر و از جانب راست و چپ و از

فَوْقِي وَ مِنْ تَحْتِي وَ مِنْ قِبَلِي، وَ ادْفَعْ عَنِّي بِحَوْلِكَ وَ قُوَّتِكَ، فَإِنَّهُ لَا حَوْلَ

بالا و پایین و از جانب خودم حفظ کن و به قدرت و نیرویت (حوادث تلخ را از من) دفع کن، چرا که پناهگاه

وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِكَ.^[M]

و نیرویی جز از سوی تو نیست.



۸- در حدیثی از امام زین العابدین علیه السلام می خوانیم که به فرزندش فرمود: هرگاه مصیبتی به یکی از شما برسد، یا مشکلی پیش آید، وضوی کامل بگیرد و دو رکعت یا چهار رکعت (به دو سلام) نماز بگذارد و در پایان نماز بگوید:

يَا مَوْضِعَ كُلِّ شَكْوَى، وَ يَا سَامِعَ كُلِّ نَجْوَى، وَ يَا شَاهِدَ كُلِّ مَلَأٍ ،

ای محلّ هر شکایت و ای شنوای هر سخن سرّی و ای حاضر در هر جمع

وَ عَالِمَ كُلِّ خَفِيَّةٍ، وَ يَا دَافِعَ مَا يَشَاءُ مِنْ بَلِيَّةٍ، يَا خَلِيلَ اِبْرَاهِيمَ، وَ يَا نَجِي

و دانای هر پنهان و ای دور کننده بلاهایی که خود می خواهی، ای دوست ابراهیم، ای نجات دهنده

مُوسَى، وَ يَا مُصْطَفَى مُحَمَّدٍ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَ آلِهِ، ادْعُوكَ دُعَاءَ مَنْ

موسی، و ای برگزیننده محمد- که درود خدا بر او و خاندان پاکش باد- می خوانمت همانند کسی که

اسْتَدَّتْ فَاقْتَهُ، وَ قَلَّتْ حِيلَتُهُ، وَ ضَعُفَتْ قُوَّتُهُ، دُعَاءَ الْغَرِيبِ الْغَرِيقِ ،

نیازش شدید و چاره اش کم و نیرویش ضعیف شده، مانند خواندن بی کس و گرفتار غرقاب شده و

الْمُضْطَرُّ الَّذِي لَا يَجِدُ لِكَشْفِ مَا هُوَ فِيهِ إِلَّا أَنْتَ، يَا اِزْحَمَ الرَّاحِمِينَ .

درمانده ای که برای برطرف کردن گرفتاریش کسی را جز تو نمی یابد، ای مهربان ترین مهربانان.

هر کسی این دعا را بخواند، خداوند مشکل او را برطرف می کند^[A] (ان شاء الله).



۹- از امام صادق علیه السلام نقل شده است که فرمود: برای رفع غم و اندوه (و حلّ مشکل) غسل می کنی و دو رکعت نماز می گذاری و می گویی:

يَا فَارِجَ الْهَمِّ، وَ يَا كَاشِفَ الْغَمِّ، يَا رَحْمَنَ الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ وَ رَحِيمَهُمَا ،

ای گشاینده گرفتاری، و ای برطرف کننده اندوه، ای بخشنده و مهربان دنیا و آخرت،

فَرِّجْ هَمِّيْ وَ اكْشِفْ غَمِّيْ، يَا اللّٰهُ الْوَاحِدُ الْاَحَدُ الصَّمَدُ، الَّذِي لَمْ يَلِدْ وَ لَمْ

گرفتاریم بگشا و اندوهم برطرف کن، ای خدای یگانه یکتا و بی نیاز که نژاد و

يَوْلَدْ، وَ لَمْ يَكُنْ لَهٗ كُفُوًا اَحَدٌ، اَعْصِمْنِي وَ طَهِّرْنِي، وَ اَذْهَبْ بِبَلِيَّتِي

زاییده نشد و برایش شبیه و مانندی نیست، مرا (از گناه) بازدار و پاکم کن و بلا را از من دور گردان.

و بخوان «آیه الکرسی» و سوره «قل اعوذ برّب الفلق» و «قل اعوذ برّب الناس» را (و حلّ مشکل خود را از خدا بخواه).^[۹]



۱۰- روایت شده است که برای رفع غم و اندوه (و حلّ مشکلات) به سجده می روی و صد مرتبه می گویی:

يَا حَيُّ يَا قَيُّوْمُ، يَا لَا اِلٰهَ اِلَّا اَنْتَ، بِرَحْمَتِكَ اسْتَعِيْثُ، فَاكْفِنِي مَا

ای زنده، ای پاینده، ای که جز تو معبودی نیست، از لطف و رحمتت کمک می طلبم، پس آنچه مرا به

اهْمَنِي، وَ لَا تَكُنْ لِيْ نَفْسِي .^[۱۰]

زحمت انداخته کفایت کن، و مرا به خودم وامگذار.



۱۱- امام صادق علیه السلام به بعضی از اصحاب خود دعایی را برای رفع غم و اندوه و وحشت تعلیم فرمود؛ و آن دعا چنین است:

اَعْدَدْتُ لِكُلِّ عَظِيْمَةٍ لَا اِلٰهَ اِلَّا اللّٰهُ، وَ لِكُلِّ هَمٍّ وَ غَمٍّ لَا حَوْلَ وَ لَا قُوَّةَ اِلَّا

برای هر کار بزرگی کلمه «لا اِلهَ اِلَّا اللهُ» و برای هر گرفتاری و اندوه کلمه «لا حول ولا قوّة اِلَّا

بِاللّٰهِ، مُحَمَّدٌ النُّوْرُ الْاَوَّلُ، وَ عَلِيٌّ النُّوْرُ الثَّانِي، وَ الْاَيْمَةُ الْاَبْرَارُ عُدَّةٌ لِّلِقَاءِ

بالله» را مهیا ساخته ام، محمد نور اوّل و علی نور دوّم و امامان نیکوکار، ذخیره ای برای دیدار

اللّٰهِ، وَ حِجَابٌ مِّنْ اَعْدَاءِ اللّٰهِ، ذَلَّ كُلُّ شَيْءٍ لِّعَظَمَةِ اللّٰهِ، وَ اسْتَلُّ اللّٰهُ

خدا و مانعی در برابر دشمنان خدا هستند هر چیزی در برابر عظمت خدا خاضع است و از خداوند

عَزَّوَجَلَّ الْكُفَايَةَ.^[۱۱]

بزرگ و بلند مرتبه کفایت کارم را خواهانم.

پی نوشت ها

[۱] صحیفه سجادیه، دعای ۵۴.

[۲] بلدالامین، صفحه ۳۳۲.

[۳] عدّة الدّاعی، صفحه ۲۷۸ و بحارالانوار، جلد ۹۲، صفحه ۲۰۸، حدیث ۳۹.

- [۴] عدّة الداعي صفحه ۲۷۶ و بحارالانوار، جلد ۹۲، صفحه ۲۰۸، حديث ۳۹.
- [۵] كافي، جلد ۲، صفحه ۵۵۶، حديث ۴.
- [۶] كافي، جلد ۲، صفحه ۵۵۸، حديث ۸.
- [۷] همان مدرک، صفحه ۵۵۹، حديث ۱۰.
- [۸] كافي، جلد ۲، صفحه ۵۶۰، حديث ۱۵.
- [۹] همان مدرک، صفحه ۵۵۷، حديث ۶.
- [۱۰] همان مدرک، صفحه ۵۶۲، حديث ۲۰.
- [۱۱] بحارالانوار، جلد ۹۱، صفحه ۳۱۲.

کلمات کلیدی:

دعا (fa/Article/List/?keyword=۵۵۹/)

رفع گرفتاری (fa/Article/List/?keyword=۲۶۹۸۴۴/)