



سازمان آموزش پرورش استثنایی

صحیفه ی سجادیه

ویژه ی دانش آموزان کم توان ذهنی

(پایه نهم)

سازمان آموزش و پرورش استثنایی

معاونت، آموزشی، پرورشی و تربیت بدنی

سال تحصیلی ۱۴۰۴ - ۱۴۰۳

فهرست مطالب

عنوان	صفحه
سخنی با دانش آموزان عزیز	۳
زندگی نامه ی امام چهارم ، امام زین العابدین (ع)	۴
ویژگی اخلاقی امام زین العابدین (ع) :	
عفو و گذشت	۷
صحیفه ی سجّادیه	۸
دعا در هنگام شب و روز	۱۰
پناه بردن به خدا از بد اخلاقی و کارهای ناپسند	۱۲
دعا در حق همسایگان و دوستان	۱۳
دعای امام سجّاد (ع) در ماه رمضان	۱۶
دعای امام سجّاد (ع) در روز عید قربان و روز جمعه	۱۸
دعای درخواست باران پس از خشکسالی	۱۹
منابع	۲۱

سخنی با دانش آموزان عزیز :

خدای مهربان، برای راهنمایی ما انسان ها پیامبران را فرستاده است تا راه درست زندگی کردن را به ما نشان دهند.

بعد از پیامبرگرامی ما حضرت محمد(ص) ، امامان معصوم (ع)، رهبری جامعه اسلامی را برعهده گرفتند. همه ی امامان معصوم (ع) برای هدایت مردم به راه راست تلاش می کردند.

آنها از هر فرصتی برای راهنمایی مردم استفاده می کردند. امامان معصوم(ع) با اخلاق و رفتار خود مسیر درست زندگی کردن را به ما نشان می دادند.

امام چهارم ما حضرت زین العابدین (ع) هم مانند دیگر امامان، با رفتار و کردار خود الگوی خوبی برای ما مسلمانان است. ایشان در هنگام راز و نیاز با خدا، دعاهای زیبا و آموزنده ای می فرمودند . خواندن این دعاها هم به ما آرامش می دهد و هم بر اخلاق و رفتار انسان تأثیر می گذارد. بعضی از دعاهای زیبای امام سجّاد (ع) در کتابی به نام "صحیفه ی سجّادیه" جمع آوری شده است .

در ادامه با بخش هایی از این دعاها آشنا می شویم .

امیدواریم با خواندن این دعاها سعی کنیم به سفارش های امام سجّاد (ع) بهتر عمل کنیم.

زندگی نامه ی امام چهارم ، امام زین العابدین(ع):

خدای بخشنده و مهربان که ما انسان ها را آفریده است و نعمت های فراوان به ما داده است، برای راهنمایی ما پیامبران را فرستاده است.

همه ی پیامبران خدا تلاش می کردند تا مردم را راهنمایی کنند و راه درست زندگی کردن را به آن ها یاد بدهند. ما مسلمانان خدا را شکر می کنیم که حضرت محمد(ص) را به ما داده است تا ما را با دین اسلام و کتاب قرآن آشنا کند و دستورات دین را به ما یاد بدهد.

بعد از پیامبر (ص) امامان معصوم(ع) به عنوان جانشین پیامبر، رهبری جامعه ی اسلامی را بر عهده گرفتند تا مسلمانان را راهنمایی کنند.

امامان معصوم(ع) دوازده نفر هستند که نام های ایشان به ترتیب عبارت است از:

امام اول ، امام علی (ع).

امام دوم ، امام حسن مجتبی(ع).

امام سوم ، امام حسین(ع).

امام چهارم ، امام زین العابدین(ع).

امام پنجم ، امام محمد باقر (ع).

امام ششم، امام جعفر صادق(ع).

امام هفتم ، امام موسی کاظم(ع).

امام هشتم ، امام رضا(ع).

امام نهم ، امام محمد تقی (ع).

امام دهم ، امام هادی (ع).

امام یازدهم ، امام حسن عسکری(ع).

امام دوازدهم ، امام مهدی (ع).

همه ی امامان معصوم (ع) دارای ویژگی‌های اخلاقی و رفتاری پسندیده بودند و می توانند برای مسلمانان الگوی خوبی باشند. ما در این بخش با امام چهارم بیش تر آشنا می شویم:

امام چهارم ما شیعیان، حضرت زین‌العابدین(ع) است. ایشان فرزند امام حسین(ع) است. امام سجّاد(ع) در سال ۳۸ هجری در پنجم ماه مبارک شعبان در شهر مدینه به دنیا آمدند. به حضرت زین‌العابدین(ع)، امام سجّاد (ع) هم می گویند.

آیا می دانید سجّاد یعنی چه؟ سجّاد یعنی کسی که زیاد سجده می کند. چون امام چهارم ما در هنگام راز و نیاز با خدا، سجده های طولانی داشتند، به ایشان لقب "سجّاد" دادند.

آیا می دانید زین‌العابدین یعنی چه؟ چون امام چهارم ما مسلمانان زیاد عبادت می کردند به ایشان " زین‌العابدین "" زینت عبادت کنندگان " هم می گفتند.

وقتی امام حسین(ع) در روز عاشورا در کربلا شهید شدند، امام سجّاد(ع) به امامت رسیدند. امام بعد از عاشورا به همراه کاروان اسیران روزهای سختی را گذراندند. دشمنان اسلام، امام مهربان ما را خیلی اذیت کردند، ولی امام سجّاد (ع) با صبر و تحمل در مقابل دشمنان ایستادند و از هر فرصتی برای آگاهی دادن به مردم استفاده کردند.

وقتی دشمنان اسلام نگذاشتند که امام سجّاد(ع) برای مردم سخنرانی کنند، امام با تشکیل جلسات دعا و مناجات سعی کردند تا دستور های دینی، اخلاقی و تربیتی را به مردم یاد بدهند.

امام سجّاد(ع) حدود ۳۵ سال امامت کردند تا این که توسط فرد ظالمی به نام هشام بن عبدالملک با زهر مسموم شده و به شهادت رسیدند. پیکر پاکشان در قبرستان بقیع به خاک سپرده شد.

✽ امام محمد باقر(ع) فرمودند:

پدرم (امام سجّاد) هیچ یک از نعمت‌های الهی را یاد نمی‌کرد، مگر این که سر به سجده می‌گذاشت.

(منظور این است که امام سجّاد(ع) برای شکر نعمت‌های خدا، زیاد سجده می‌کردند.)

نگاهی کوتاه به زندگی نامه امام سجّاد(ع):

لقب : سجّاد - زین العابدین

نام پدر: امام حسین (ع)

تاریخ ولادت: پنجم شعبان سال ۳۸

هجری محل ولادت: مدینه

مدت امامت: حدود ۳۵ سال

نحوه شهادت: مسموم شدن با زهر توسط فرد ظالمی به نام هشام بن عبد الملک

محل دفن: قبرستان بقیع

عفو و گذشت امام زین العابدین(ع):

امام سجّاد (ع) مانند سایر امامان معصوم(ع) دارای اخلاق و رفتار بسیار نیکویی بودند. یکی از ویژگی های امام سجّاد این بود که بسیار مهربان بودند و نسبت به دیگران عفو و گذشت داشتند.

روزی امام سجّاد(ع) از مسجد بیرون آمدند. مردی که با امام(ع) دشمنی داشت او را دید و به حضرت دشنام داد و به ایشان ناسزا گفت. یاران امام خواستند آن مرد را تنبیه کنند، اما حضرت فرمودند:

" با او کاری نداشته باشید . "

سپس به طرف آن مرد رفتند و به او فرمودند: " آیا مشکلی داری ؟ اگر مشکلی داری بگو تا ما در حل آن به تو کمک کنیم."

مرد با مشاهده ی این رفتار امام سجّاد(ع) شرمنده شد و از کار بد خود پشیمان شد. امام او را نوازش کردند و عباى خود و هزار درهم به او بخشیدند.

بعد از این اتفاق آن مرد به امام سجّاد(ع) خیلی علاقه مند شد و هر جا که می رفت از خوبی های امام سجّاد (ع) صحبت می کرد و به امام سجّاد می گفت : " به راستی که تو از فرزندان رسول خدا هستی ."

اخلاق و رفتار پسندیده ی امام سجّاد (ع) باعث شد که همه ی مردم او را دوست داشته باشند و همیشه به او احترام بگذارند. ما هم خداوند را شکر می کنیم که به ما پیامبر و امامان مهربان و خوش اخلاق

داده است و از خدا می خواهیم که به ما کمک کند تا بتوانیم رفتار آنها را الگوی خودمان قرار دهیم.

✽ امام سجّاد (ع) فرمودند:

"اگر فردی از تو بدگویی کرد و سپس معذرت خواهی کرد ، عذرخواهی او را قبول کن و او را ببخش."

صحیفه ی سجّادیه:

یکی از ویژگی های امام سجّاد (ع) این بود که با خدای مهربان بسیار راز و نیاز می کردند و همیشه دعا می خواندند.

وقتی دشمنان اسلام نگذاشتند که امام سجّاد به طور مستقیم مردم را راهنمایی کنند، امام با دعا و نیایش خود پیام های اخلاقی را به مردم می گفتند و به آن ها درس زندگی می دادند.

بعضی از دعاهای امام سجّاد(ع) در کتابی به نام "صحیفه ی سجّادیه" جمع آوری شده است.

صحیفه ی سجّادیه کتاب با ارزشی است که درد دل های امام سجّاد(ع) با خدای مهربان در آن آمده است. امام سجّاد(ع) در این دعاها، سخنان با ارزش و آموزنده ای فرموده است که وقتی ما دعاهایش را می خوانیم از آن ها درس می گیریم.

کتاب صحیفه ی سجّادیه مانند قرآن کریم گنجی ارزشمند است که در آن مسائل دینی، اخلاقی نوشته شده تا راهگشای بشر امروز باشد به همین دلیل به کتاب صحیفه ی سجّادیه لقب "خواهر قرآن" داده اند.

در کتاب صحیفه‌ی سجّادیه ۵۴ دعا از امام سجّاد (ع) آمده است. هر کدام از این دعاها در مورد موضوع خاصی است. برای نمونه دعای ۶ صحیفه‌ی سجّادیه دعای وقت صبح و شام است و دعای ۸ در مورد پناه بردن به خدا از بد اخلاقی و کارهای ناپسند است، هم چنین امام سجّاد (ع) در دعای ۲۶ در حق همسایگان و دوستان خود دعا کرده است و دعای ۴۴ صحیفه‌ی سجّادیه، دعای امام سجّاد (ع) در ماه رمضان می باشد و دعای ۴۸ صحیفه‌ی سجّادیه، دعای امام سجّاد (ع) در روز عید قربان و روز جمعه است.

* در دعاهای امام سجّاد (ع) در صحیفه‌ی سجّادیه، ذکر صلوات " بر محمّد و آل محمد " بسیار آمده است.

از پیامبر (ص) روایت شده است که در هنگام دعا کردن، قبل و بعد از دعا، صلوات بفرستید تا دعایتان برآورده شود.

در این جا به چند نمونه از این دعاها اشاره می کنیم.

دعادر هنگام شب و روز

خدای مهربان که ما را آفریده است، به لطف خودش نعمت های زیادی را هم به ما بخشیده است. یکی

از نعمت های خدای مهربان، آفریدن شب و روز است. خدای بزرگ با توانایی خود، شب و روز را برای

ما آفریده تا ما بتوانیم در روز کارهای خوب انجام دهیم و در شب به استراحت، عبادت و ... بپردازیم.

امام سجاد (ع) در دعای ششم صحیفه‌ی سجادیه در مورد صبح و شام دعای زیبایی فرمودند که در این

جا برداشت‌هایی از این دعا را می‌خوانیم.

شکر و سپاس خداوندی را که با قدرت خودش شب و روز را آفرید و برای هر کدام زمانی

را مشخص کرد.

او خدایی است که شب را برای استراحت و روز را برای کسب روزی آفرید.

پروردگارا، تو را سپاس که شب را به صبح رساندیم و ما را از خطرات حفظ کردی.

خدایا ، بر محمد (ص) و آلش درود فرست و در تمام اوقات صبح و شام ما را برای انجام

کارهای خیر و دوری از کارهای بد و شکر نعمت ها و کمک به افراد ناتوان و یاری

مظلومان موفق کن.

خداوندا، شهادت می دهم که خدایی جز تو نیست و تو نسبت به بندگان مهربان هستی .

شهادت می دهم که حضرت محمد (ص) بنده و فرستاده ی توست.

خداوندا، بر محمد (ص) و آل او درود فرست و کامل ترین و بهترین پاداش را به او عنایت

فرما ، که تو بخشنده و مهربان ترینی.

✽ خداوند در سوره ی نبأ آیه ی ۹ و ۱۰ و ۱۱ می فرماید:

وَجَعَلْنَا نَوْمَكُمْ سُبَاتًا ﴿٩﴾ وَجَعَلْنَا اللَّيْلَ لِبَاسًا ﴿١٠﴾ وَجَعَلْنَا النَّهَارَ مَعَاشًا ﴿١١﴾

خواب شما را مایه آسایش گردانیدیم (۹) و شب را برای شما پوششی قرار دادیم

(۱۰) و روز را برای کسب در آمد شما قرار دادیم (۱۱)

(در واقع خداوند مهربان شب را برای استراحت و آسایش ما و روز را برای بدست آوردن روزی

حلال قراردادده است)

پناه بردن به خدا از بداخلاقی و کارهای ناپسند

امام سجّاد (ع) در دعای هشتم صحیفه ی سجّادیه ، در مورد دوری از بداخلاقی و رفتار ناپسند دعا کرده اند که بخش هایی از این دعا را می خوانیم :

خدایا به تو پناه می آورم از این که طمع نکنم،

خشمگین نشوم ، حسود نباشم،

صبرم زیاد باشد، قناعت کنم ،

بداخلاقی نکنم ، گناه نکنم و...

خدایا به تو پناه می آورم از این که شیطان بر ما پیروز نشود،

به تو پناه می آورم از این که ما اسراف نکنیم .

خدایا بر حضرت محمّد (ص) و آل او درود بفرست و من و همه ی زنان و مردان با ایمان

را از انجام این کارها در پناه رحمت خود جای بده ای مهربان ترین مهربانان!

❁ امام سجّاد (ع) فرمودند :

" سعادت و خوشبختی این است که انسان مواظب باشد تا با اعضای بدن خود کار زشت و خلاف نکند."

✽ خداوند در سوره ی مائده آیه ی ۴۸ می فرماید :

" ... فَاسْتَبِقُوا الْخَيْرَاتِ ... "

" برای انجام کار های خیر ، عجله کنید "

دعا در حق همسایگان و دوستان :

بزرگان دین در مورد همسایگان و دوستان به ما سفارش کرده اند که با همسایگان و دوستان مهربان باشیم و کاری نکنیم که باعث آزار و اذیت آن ها شود. اگر دوستان یا همسایگان ما مشکلی داشتند، به آن ها کمک کنیم تا مشکل شان برطرف شود .

امام سجّاد (ع) در دعای ۲۶ صحیفه ی سجّادیه در حق همسایگان و دوستان خود دعا کرده اند که در این جا قسمتی از این دعا را می خوانیم .

امام سجّاد (ع) هر وقت به یاد همسایگان و دوستان خود می افتادند در حقشان دعا می کردند و می فرمودند: خدایا، بر حضرت محمد (ص) و آل او درود بفرست و مرا یاری کن تا حق همسایگان و دوستانم را رعایت کنم، آنان کسانی هستند که با ما اهل بیت به خوبی آشنا هستند و با دشمنان ما دشمن هستند.

خدایا، به آنها کمک کن تا موفق شوند که این کارهای نیک را انجام دهند :

به افراد ضعیف کمک کنند و نیاز آنها را برطرف کنند؛

از افراد بیمار عیادت کنند و به دیدن کسانی که از مسافرت بر می گردند، بروند؛

راز دار مردم باشند و عیب مردم را نگویند؛

ستمدیدگان را یاری کنند و احتیاجات زندگی آن ها را فراهم کنند؛

و در هدیه دادن و بخشش به دیگران کوتاهی نکنند؛

و قبل از این که کسی از آن ها خواهشی بکند به او بخشش کنند و...

خدایا دعایم را برآورده ساز.

امام سجّاد (ع) فرمودند :

خوشبختی در این است که انسان خود را از آلوده شدن به گناه حفظ کند و کارهای خوب و پسندیده انجام دهد، تا خیر دنیا و آخرت نصیبش شود.

خداوند در سوره بقره آیه ی ۱۹۵ می فرماید:

" وَ أَحْسِنُوا إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ "

" و نیکی کنید که خداوند نیکو کاران را دوست دارد."

دعای امام سجّاد (ع) در ماه رمضان :

ماه رمضان یکی از ماه های پربرکت خداوند است. خداوند به ما مسلمانان فرموده است که در این ماه روزه بگیریم و خدا را بیشتر عبادت کنیم. خداوند در این ماه، قرآن را بر قلب پیامبر (ص) فرستاد، شبهای قدر در این ماه قرار دارند. خداوند در سوره ی قدر درباره ی اهمیت شب قدر میفرماید :

" ارزش شب قدر بهتر از هزار ماه است "

دعای ۴۴ صحیفه ی سجّادیه، در مورد ماه رمضان است که در این جا بخشی از این دعا را می خوانیم .

سپاس مخصوص خدایی است که ماه رمضان را قرار داد . ماه روزه، ماه اسالم، ماه طهارت،

ماه آزمایش و... است ؛

ماهی است که خداوند قرآن را در آن نازل کرد تا مردم را راهنمایی کند ؛

سپس ارزش یکی از شب های ماه رمضان را از شب های هزار ماه بیش تر کرد؛

و آن را شب قدر نامید که در آن شب (شب قدر) فرشتگان و روح به فرمان پروردگار

فرود می آیند و آن شب تا سپیده دم، بر هر کدام از بندگانش که بخواهد ، سلامتی و

برکت است؛

خدایا، بر حضرت محمد (ص) و آل او درود بفرست و به ما کمک کن تا ارزش این ماه را

بدانیم و احترام آن را نگه داریم و کارهایی که در این ماه حرام است را به ما نشان بده

و ما را یاری کن تا روزه بگیریم و با اعضای بدن خودگناه نکنیم و کارهایی را انجام

دهیم که تو را خوشحال می کند؛

خدایا به ما کمک کن تا سخنان بی فایده و بی ارزش را گوش ندهیم ؛

با چشمانمان چیزهای بی ارزش را نگاه نکنیم ؛

با دست هایمان کار حرام انجام ندهیم؛

و به سمت چیزهایی که تو ممنوع کردی، نرویم

و غذای حلال بخوریم و زبان ما سخنان حق بگوید

و فقط کارهایی را انجام دهیم که ثواب دارد ...

✽ خداوند در سوره بقره آیه ی ۱۸۵ می فرماید :

" شَهْرُ رَمَضانَ الَّذِي أُنزِلَ فِيهِ الْقُرْآنُ هُدًى لِّلنَّاسِ ... "

ماه رمضان ماهی است که قرآن در آن نازل شد ، کتاب قرآن وسیله ی هدایت مردم است ...

دعای امام سجّاد (ع) در روز عید قربان و روز جمعه :

امام سجّاد (ع) در دعای ۴۸ در مورد روز عید قربان و روز جمعه دعا کرده اند که قسمتی از آن دعا را می خوانیم :

الهی! بر محمد و آل محمد درود فرست.

الهی از تو هدایت می خواهم، پس بر محمد و آل محمد درود فرست و من را راهنمایی

کن .

و از تو یاری می خواهم ، پس بر محمد و آل محمد درود فرست و مرا یاری کن.

و از تو رحمت می خواهم ، پس بر محمد و آل محمد درود فرست و به من رحم کن .

و از تو بی نیازی می خواهم ، پس بر محمد و آل محمد درود فرست و مرا بی نیاز کن .

و از تو روزی می خواهم ، پس بر محمد و آل محمد درود فرست و به من روزی بده .

و از تو کمک می خواهم ، پس بر محمد و آل محمد درود فرست و به من کمک کن .

و به خاطر خطاهایی که کردم طلب آمرزش می کنم ، پس بر محمد و آل محمد درود

فرست و مرا بیامرز.

پروردگارا! ای مهربان، ای بخشنده ی نعمت ها، ای صاحب جلال و کرم! بر محمد و آل
محمد درود فرست و همه ی آن چیزهایی را که از تو خواستم و برای آن ها به تو روی

آوردم را اجابت کن .

ای مهربان ترین مهربانان!

سپس حاجت خود را از خدا وند بخواه و هزار بار صلوات بفرست .

روز جمعه، عید قربان و سایر عید های مذهبی برای ما مسلمانان روزهای مبارکی هستند .

از اعمال روز عید قربان، خواندن نماز عید قربان، قربانی کردن، خواندن دعا و... است.

از اعمال روز جمعه، شرکت در مراسم با شکوه نماز جمعه، غسل روز جمعه، خواندن دعا و... است .

یکی از اعمال مستحب روز جمعه، انجام غسل جمعه می باشد که ثواب زیادی دارد .

پیامبر اکرم (ص) در اهمیت غسل روز جمعه فرمودند :

" هیچ گاه غسل روز جمعه را ترک نکنید . "

دعای درخواست باران پس از خشکسالی :

امام سجّاد (ع) در دعای ۱۹، در مورد درخواست باران پس از خشکسالی دعا کرده اند که در این جا برداشتی از این دعا را می خوانیم :

۱- خدایا ما را بوسیله ی باران سیراب گردان و رحمت خودت را به وسیله باران فراوان برای رشد

گیاهان بر روی زمین بفرست

۲- خدایا احسانت را با رسیده شدن میوه به بندگان نشان بده و با شکوفا کردن گل و گیاه ,شهرهایت را آباد گردان و بارانی بفرست که همه جا را فرا گیرد .

۳- خدایا بارانی بفرست که چاه ها را پر کند و جوی ها را جاری نماید و درخت ها را برویاند و قیمت ها را در همه ی شهرها ارزان کند ؛ و جانداران را شاد نماید و به کشت و کار ما برکت عطا فرماید و به توانایی ما بیفزاید .

۴- خدایا بر محمّد (ص) و آل محمّد درود فرست و ما را از برکات آسمان و زمین روزی عطا بفرما زیرا بر همه چیز توانایی .

خداوند در سوره ی ق ، آیه ۹ می فرماید :

وَنَزَّلْنَا مِنَ السَّمَاءِ مَاءً مُّبَارَكًا فَأَنْبَتْنَا بِهِ جَنَّاتٍ وَحَبَّ الْحَصِيدِ (۹)

" و از آسمان ، آبی پر برکت فرستادیم و بدان باغها و دانه های درو شدنی رویاندیم . "

" خدایا "

مرا پشت و پناهی	در این دنیا خدایا
درون پرتگاهی	کمک کن تا نیفتم
مرا یار و نگهبان	تویی در هر زمانی
به دور از شر شیطان	دل و جانم نگه دار
بدی ها دور دور است	اگر باشی تو با من
پراز امید و نور است	دل و جانم خدایا

(شعر از کبری هاشمی)

منابع :

- ۱- صحیفه‌ی کامله سجّادیه، ترجمه‌ی حسین انصاریان.
 - ۲- صحیفه‌ی سجّادیه، ترجمه‌ی استاد الهی قمشه ای .
 - ۳- برگه‌ی از صحیفه‌ی سجّادیه، مربوط به مسابقات صحیفه‌ی سجّادیه ، ویژه‌ی دانش‌آموزان دوره اول و دوم متوسطه.
- گردآورندگان: ناهید نظری کوپائی - زهره میرباقری - اکرم شامحمدی - سمیه امیدی - راحله فرهمندی