۷ عمل توصیه شده برای روز اول ماه مبارک رمضان

**همزمان با فرا رسیدن نخستین روز ماه مبارک رمضان، اعمال توصیه شده در این روز منتشر می‌شود.  
پنجشنبه ۲۷ اردیبهشت‌ماه مصادف با اولین روز ماه مبارک رمضان است. ماهی که به ماه مهمانی الهی شناخته می‌شود و بر اساس روایتی از پیامبر (ص)، ماهى است که ابتدایش رحمت، میانه‌‏اش مغفرت و پایانش اجابت و آزادى از آتش جهنم است. در همین راستا و به مناسبت حلول ماه مبارک رمضان، اعمال توصیه شده در این روز که در کتاب مفاتیح الجنان آمده است، منتشر می‌شود:**

**اول: در آن چند عمل مستحب است: اوّل: غسل کردن در آب جارى و بر سر ریختن سى کف دست آب، که در تمام طول سال باعث ایمنى از همه دردها و بیماری‌هاست.**

**دوم: کفى از گلاب به روى خویش بزند، تا از خوارى و پریشانی نجات یابد و قدرى هم به سر خود بمالد، تا در آن سال از سرسام [در برخى نسخه‌ها: برسام، به معنى بیمارى سینه] ایمن شود.**

**سوم: دو رکعت نماز اول ماه را بجا آورد و صدقه بدهد.**

**چهارم: دو رکعت نماز بخواند، در رکعت اول سوره هاى «حمد» و «إنّا فتحنا» را و در رکعت دوم سوره «حمد» و هر سوره دیگرى را که بخواهد بخواند تا حق تعالى در آن سال بدی‌ها را از او دور کند و تا سال آینده در پناه خدا باشد.  
پنجم: پس از طلوع فجر این دعا را بخواند: اللَّهُمَّ قَدْ حَضَرَ شَهْرُ رَمَضَانَ وَ قَدِ افْتَرَضْتَ عَلَیْنَا صِیَامَهُ وَ أَنْزَلْتَ فِیهِ الْقُرْآنَ هُدًى لِلنَّاسِ وَ بَیِّنَاتٍ مِنَ الْهُدَى وَ الْفُرْقَانِ اللَّهُمَّ أَعِنَّا عَلَى صِیَامِهِ وَ تَقَبَّلْهُ مِنَّا وَ تَسَلَّمْهُ مِنَّا وَ سَلِّمْهُ لَنَا فِی یُسْرٍ مِنْکَ وَ عَافِیَهٍ إِنَّکَ عَلَى کُلِّ شَیْءٍ قَدِیرٌ.**

**خدایا ماه رمضان رسید، تو روزه اش را بر ما واجب نموده‌اى، و قرآن را در آن برای هدایت مردم، و دلایل روشنى از هدایت و شناسایى از باطل نازل کرده‌ای. خدایا ما را بر روزه اش یارى کن، و آن را از ما بپذیر، و این ماه را از ما به سلامت دریافت کن، و آن را براى ما از سوى خویش در آسانى و عافیت سالم بدار، همانا تو بر هرچیز توانایی.**

**ششم: دعاى چهل وچهارم صحیفه کامله را اگر در شب قبل نخوانده بخواند.**

**هفتم: علاّمه مجلسى در «زاد المعاد» فرموده که شیخ کلینى و شیخ طوسى و دیگران به سند صحیح روایت کرده اند که حضرت موسى بن جعفر علیه السّلام فرمود: در ماه مبارک رمضان در آغاز سال، یعنى روز اول این ماه – چنان که علما فهمیده‌اند – این دعا را بخوان، و فرمود: هرکه این دعا را براى رضای خدا، و بدون آمیختگى با اغراض ناپسند و ریا بخواند، در آن سال فتنه و گمراهى و آفتى که به دین یا بدنش ضرر برساند به او نرسد، و حق تعالى او را از شرّ آنچه از بلاها در آن سال واقع مى شود حفظ مى‌کند.**

**و دعا این است: اللَّهُمَّ إِنِّی أَسْأَلُکَ بِاسْمِکَ الَّذِی دَانَ لَهُ کُلُّ شَیْ ءٍ وَ بِرَحْمَتِکَ الَّتِی وَسِعَتْ کُلَّ شَیْ ءٍ وَ بِعَظَمَتِکَ الَّتِی تَوَاضَعَ لَهَا کُلُّ شَیْ ءٍ وَ بِعِزَّتِکَ الَّتِی قَهَرَتْ کُلَّ شَیْ ءٍ وَ بِقُوَّتِکَ الَّتِی خَضَعَ لَهَا کُلُّ شَیْ ءٍ وَ بِجَبَرُوتِکَ الَّتِی غَلَبَتْ کُلَّ شَیْ ءٍ وَ بِعِلْمِکَ الَّذِی أَحَاطَ بِکُلِّ شَیْ ءٍ یَا نُورُ یَا قُدُّوسُ یَا أَوَّلا قَبْلَ کُلِّ شَیْ ءٍ وَ یَا بَاقِیا بَعْدَ کُلِّ شَیْ ءٍ یَا اللَّهُ یَا رَحْمَانُ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَ آلِ مُحَمَّدٍ وَ اغْفِرْ لِیَ الذُّنُوبَ الَّتِی تُغَیِّرُ النِّعَمَ وَ اغْفِرْ لِیَ الذُّنُوبَ الَّتِی تُنْزِلُ النِّقَمَ وَ اغْفِرْ لِیَ الذُّنُوبَ الَّتِی تَقْطَعُ الرَّجَاءَ وَ اغْفِرْ لِیَ الذُّنُوبَ الَّتِی تُدِیلُ الْأَعْدَاءَ وَ اغْفِرْ لِیَ الذُّنُوبَ الَّتِی تَرُدُّ الدُّعَاءَ وَ اغْفِرْ لِیَ الذُّنُوبَ الَّتِی یُسْتَحَقُّ بِهَا نُزُولُ الْبَلاءِ،**

**خدایا از تو درخواست می‌کنم به آن نامت که همه چیز در برابرش فروتن شده، و به رحمتت که همه چیز را فرا گرفته، و به عظمتت که همه چیز در آستانش تواضع کرده و به عزّتت که بر همه چیز چیره گشته، و به نیرویت که همه چیز در برابرش خضوع یافته، و به جبروتت که بر همه چیز غالب شده و به علمت که همه چیز را فرا گرفته، ای نور، اى قدوس، اى اول پیش از هر چیز، اى باقى پس از هر چیز، اى خدا، اى مهربان، بر محمّد و خاندان محمّد درود فرست و از من بیامرز گناهانى را که نعمت‌ها را دگرگون مى‌کند، و بیامرز گناهانى را که کینه‌ها را فرو مى‌فرستد، و بیامرز گناهانى را که امید به تو را قطع مى کند، و بیامرز گناهانى را که دشمنان را چیره می سازد، و بیامرز گناهانى را که دعا را بر مى‌گرداند و بیامرز گناهانى را که مردم به سبب آن سزاوار نزول بلا مى‌شوند.**

**وَ اغْفِرْ لِیَ الذُّنُوبَ الَّتِی تَحْبِسُ غَیْثَ السَّمَاءِ وَ اغْفِرْ لِیَ الذُّنُوبَ الَّتِی تَکْشِفُ الْغِطَاءَ وَ اغْفِرْ لِیَ الذُّنُوبَ الَّتِی تُعَجِّلُ الْفَنَاءَ وَ اغْفِرْ لِیَ الذُّنُوبَ الَّتِی تُورِثُ النَّدَمَ وَ اغْفِرْ لِیَ الذُّنُوبَ الَّتِی تَهْتِکُ الْعِصَمَ وَ أَلْبِسْنِی دِرْعَکَ الْحَصِینَهَ الَّتِی لا تُرَامُ وَ عَافِنِی مِنْ شَرِّ مَا أُحَاذِرُ بِاللَّیْلِ وَ النَّهَارِ فِی مُسْتَقْبَلِ سَنَتِی هَذِهِ اللَّهُمَّ رَبَّ السَّمَاوَاتِ السَّبْعِ وَ رَبَّ الْأَرَضِینَ السَّبْعِ وَ مَا فِیهِنَّ وَ مَا بَیْنَهُنَّ وَ رَبَّ الْعَرْشِ الْعَظِیمِ وَ رَبَّ السَّبْعِ الْمَثَانِی وَ الْقُرْآنِ الْعَظِیمِ وَ رَبَّ إِسْرَافِیلَ وَ مِیکَائِیلَ وَ جَبْرَئِیلَ وَ رَبَّ مُحَمَّدٍ صَلَّى اللَّهُ عَلَیْهِ وَ آلِهِ سَیِّدِ الْمُرْسَلِینَ وَ خَاتَمِ النَّبِیِّینَ أَسْأَلُکَ بِکَ وَ بِمَا سَمَّیْتَ بِهِ نَفْسَکَ یَا عَظِیمُ أَنْتَ الَّذِی تَمُنُّ بِالْعَظِیمِ، و بیامرز گناهانى را که بارش آسمان را باز میدارد، و بیامرز گناهانى را که پرده‌ها را کنار می‌زند، و بیامرز گناهانى را که در نابودى شتاب میافکند، و بیامرز گناهانى را که سبب پشیمانى میگردد، و بیامرز گناهانى را که پرده‌ها را می‌درد، و زره محکمت را بر من بپوشان زرهى که نفوذ ناپذیر است، و مرا از شرّ آنچه در شب و روز و آینده این سال از آن حذر میکنم عافیت بخش.**

**خدایا پروردگار آسمان‌هاى هفتگانه، و پروردگار زمین‌های هفتگانه، و آنچه در آنهاست، و آنچه میان آنهاست، و پروردگار عرش بزرگ، و پروردگار سوره «حمد» و قرآن عظیم، و پروردگار اسرافیل و میکاییل و جبرییل، و پروردگار محمّد (درود خدا بر او و خاندانش) آقاى رسولان و پایان بخش پیامبران، از تو میخواهم به حق ذات پاکت و به حق آنچه خود را به آن نام نهادى، اى بزرگ تویی که به نعمت بزرگ تفضّل می‌کنى.**

**وَ تَدْفَعُ کُلَّ مَحْذُورٍ وَ تُعْطِی کُلَّ جَزِیلٍ وَ تُضَاعِفُ [مِنَ ] الْحَسَنَاتِ بِالْقَلِیلِ وَ بِالْکَثِیرِ وَ تَفْعَلُ مَا تَشَاءُ یَا قَدِیرُ یَا اللَّهُ یَا رَحْمَانُ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَ أَهْلِ بَیْتِهِ وَ أَلْبِسْنِی فِی مُسْتَقْبَلِ سَنَتِی هَذِهِ سِتْرَکَ وَ نَضِّرْ وَجْهِی بِنُورِکَ وَ أَحِبَّنِی بِمَحَبَّتِکَ وَ بَلِّغْنِی رِضْوَانَکَ وَ شَرِیفَ کَرَامَتِکَ وَ جَسِیمَ عَطِیَّتِکَ وَ أَعْطِنِی مِنْ خَیْرِ مَا عِنْدَکَ وَ مِنْ خَیْرِ مَا أَنْتَ مُعْطِیهِ أَحَداً مِنْ خَلْقِکَ وَ أَلْبِسْنِی مَعَ ذَلِکَ عَافِیَتَکَ یَا مَوْضِعَ کُلِّ شَکْوَى وَ یَا شَاهِدَ کُلِّ نَجْوَى وَ یَا عَالِمَ کُلِّ خَفِیَّهٍ وَ یَا دَافِعَ مَا تَشَاءُ مِنْ بَلِیَّهٍ یَا کَرِیمَ الْعَفْوِ یَا حَسَنَ التَّجَاوُزِ تَوَفَّنِی عَلَى مِلَّهِ إِبْرَاهِیمَ وَ فِطْرَتِهِ،**

**و هر محدوزى را دفع می کنى، و هر نعمت برجسته‌اى را عطا مى‌کنی و نیکی‌ها را به کم و زیاد دوچندان مى سازى، و هرکارى که بخواهى انجام مى‌دهى، اى توانا اى خدا، اى مهربان، بر محمّد و اهل بیتش درود فرست، و در آینده این سال لباس سترت را بر من بپوشان، و چهره‌ام را به نورت شاداب کن، و به دوستى‌ات دوستم بدار و مرا به خشنودیت، و شریف کرامتت و بزرگ عطایت برسان، و به من عطا کن از بهترین چیزی که نزد توست و بهترین چیزى که به بنده‌اى از بندگانت عطا مى‌فرمایى، و افزون بر این لباس عافیت و تندرستى بر من بپوشان، اى جایگاه هر شکایت، اى حاضر در هر گفتگوى پنهان، اى داناى هر نهان، اى دفع کننده بلاها آنگونه که خواهى، اى بزرگوار گذشت اى نیکو درگذر، مرا بر آیین ابراهیم و بر فطرت او.**

**وَ عَلَى دِینِ مُحَمَّدٍ صَلَّى اللَّهُ عَلَیْهِ وَ آلِهِ وَ سُنَّتِهِ وَ عَلَى خَیْرِ الْوَفَاهِ فَتَوَفَّنِی مُوَالِیاً لِأَوْلِیَائِکَ وَ مُعَادِیاً لِأَعْدَائِکَ اللَّهُمَّ وَ جَنِّبْنِی فِی هَذِهِ السَّنَهِ کُلَّ عَمَلٍ أَوْ قَوْلٍ أَوْ فِعْلٍ یُبَاعِدُنِی مِنْکَ وَ اجْلِبْنِی إِلَى کُلِّ عَمَلٍ أَوْ قَوْلٍ أَوْ فِعْلٍ یُقَرِّبُنِی مِنْکَ فِی هَذِهِ السَّنَهِ یَا أَرْحَمَ الرَّاحِمِینَ وَ امْنَعْنِی مِنْ کُلِّ عَمَلٍ أَوْ قَوْلٍ أَوْ فِعْلٍ یَکُونُ مِنِّی أَخَافُ ضَرَرَ عَاقِبَتِهِ وَ أَخَافُ مَقْتَکَ إِیَّایَ عَلَیْهِ حِذَارَ أَنْ تَصْرِفَ وَجْهَکَ الْکَرِیمَ عَنِّی فَأَسْتَوْجِبَ بِهِ نَقْصاً مِنْ حَظٍّ لِی عِنْدَکَ یَا رَءُوفُ یَا رَحِیمُ.**

**و بر دین محمّد (درود خدا بر او و خاندانش باد) و روش او، و بر بهترین مرگ‌ها بمیران، بمیران درحالیکه دوستدار اولیایت، و دشمن دشمنانت باشم. خدایا مرا در این سال از هر کار یا گفتار یا کردارى که از تو دورم می‌کند برکنار دار، و به جانب هر عمل یا گفتار یا کردارى که مرا در این سال به تو نزدیک می‌کند جلب نما، اى مهربان ترین مهربانان، و بازدار مرا از هر عمل یا گفتار یا کردارى که از من سر میزند، و من از سرانجام زیانبارش میترسم، و از خشمت به خاطر آ بر خود بیمناکم، ترسم از این است که روى کریمانه ات را از من بگردانى در نتیجه سزاوار کاستى بهره اى که پیش تو دارم گردم، اى پرلطف اى مهربان.**

**اللَّهُمَّ اجْعَلْنِی فِی مُسْتَقْبَلِ سَنَتِی هَذِهِ فِی حِفْظِکَ وَ فِی جِوَارِکَ وَ فِی کَنَفِکَ وَ جَلِّلْنِی سِتْرَ عَافِیَتِکَ وَ هَبْ لِی کَرَامَتَکَ عَزَّ جَارُکَ وَ جَلَّ ثَنَاؤُکَ وَ لا إِلَهَ غَیْرُکَ اللَّهُمَّ اجْعَلْنِی تَابِعاً لِصَالِحِی مَنْ مَضَى مِنْ أَوْلِیَائِکَ وَ أَلْحِقْنِی بِهِمْ وَ اجْعَلْنِی مُسَلِّماً لِمَنْ قَالَ بِالصِّدْقِ عَلَیْکَ مِنْهُمْ وَ أَعُوذُ بِکَ اللَّهُمَّ [یَا إِلَهِی] أَنْ تُحِیطَ بِی خَطِیئَتِی وَ ظُلْمِی وَ إِسْرَافِی عَلَى نَفْسِی وَ اتِّبَاعِی لِهَوَایَ وَ اشْتِغَالِی بِشَهَوَاتِی فَیَحُولُ ذَلِکَ بَیْنِی وَ بَیْنَ رَحْمَتِکَ وَ رِضْوَانِکَ فَأَکُونَ مَنْسِیّا عِنْدَکَ مُتَعَرِّضاً لِسَخَطِکَ وَ نِقْمَتِکَ اللَّهُمَّ وَفِّقْنِی لِکُلِّ عَمَلٍ صَالِحٍ تَرْضَى بِهِ عَنِّی وَ قَرِّبْنِی إِلَیْکَ زُلْفَى اللَّهُمَّ کَمَا کَفَیْتَ نَبِیَّکَ مُحَمَّدا صَلَّى اللَّهُ عَلَیْهِ وَ آلِهِ هَوْلَ عَدُوِّهِ وَ فَرَّجْتَ هَمَّهُ وَ کَشَفْتَ غَمَّهُ [کَرْبَهُ ] وَ صَدَقْتَهُ وَعْدَکَ وَ أَنْجَزْتَ لَهُ عَهْدَکَ،**

**خدایا در آینده این سال مرا در حفظ و پناه و حمایت خود قرار ده، و پرده تندرستى را بر من بپوشان، و از کرامتت بر من ببخش، عزیز است پناه تو، و بزرگ است ثناى تو، و معبودى جز تو نیست. خدایا مرا پیرو شایستگان از اولیاى گذشته ات قرار ده، و به آنان ملحقم فرما، و تسلیم آن که از آنان از طرف توراست گفت قرارم بده، خدایا به تو پناه میآورم از اینکه خطایم و ستمم، و زیاده روى بر نفسم، و پیروی از هواوهوسم، و سرگرمیام به شهوت بر من احاطه کند، در نتیجه همه اینها بین من و رحمت و خشنودی‌ات دیوار شود، و من نزد تو فراموش شوم، و در معرض خشم و کینه‌ات قرار گیرم.**

**خدایا مرا براى هر عمل شایسته‌اى که به سبب آن از من خشنود شودی موفق بدار، و مرا به مقام قربت نزدیک کن. خدایا چنان که از پیامبرت محمّد (درود خدا بر او و خاندانش) هراس از دشمنش را کفایت کردى، و اندوهش را برطرف کردی و غمش را زدودى، و وعده‌ات را به او وفا کردى، و پیمانت را برایش به پایان آوردی.**

**اللَّهُمَّ فَبِذَلِکَ فَاکْفِنِی هَوْلَ هَذِهِ السَّنَهِ وَ آفَاتِهَا وَ أَسْقَامَهَا وَ فِتْنَتَهَا وَ شُرُورَهَا وَ أَحْزَانَهَا وَ ضِیقَ الْمَعَاشِ فِیهَا وَ بَلِّغْنِی بِرَحْمَتِکَ کَمَالَ الْعَافِیَهِ بِتَمَامِ دَوَامِ النِّعْمَهِ عِنْدِی إِلَى مُنْتَهَى أَجَلِی أَسْأَلُکَ سُؤَالَ مَنْ أَسَاءَ وَ ظَلَمَ وَ اسْتَکَانَ وَ اعْتَرَفَ وَ أَسْأَلُکَ أَنْ تَغْفِرَ لِی مَا مَضَى مِنَ الذُّنُوبِ الَّتِی حَصَرَتْهَا حَفَظَتُکَ وَ أَحْصَتْهَا کِرَامُ مَلائِکَتِکَ عَلَیَّ وَ أَنْ تَعْصِمَنِی إِلَهِی [اللَّهُمَ ] مِنَ الذُّنُوبِ فِیمَا بَقِیَ مِنْ عُمُرِی إِلَى مُنْتَهَى أَجَلِی یَا اللَّهُ یَا رَحْمَانُ یَا رَحِیمُ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَ أَهْلِ بَیْتِ مُحَمَّدٍ وَ آتِنِی کُلَّ مَا سَأَلْتُکَ وَ رَغِبْتُ إِلَیْکَ فِیهِ فَإِنَّکَ أَمَرْتَنِی بِالدُّعَاءِ وَ تَکَفَّلْتَ لِی بِالْإِجَابَهِ یَا أَرْحَمَ الرَّاحِمِینَ.**

**خدایا به همانگونه هراس این سال و آفات و امراض و فتنه ها و شرور و اندوهها و تنگی معیشت را در آن از من کفایت کن، و به رحمتت مرا به کمال عافیت، با کامل کردن ریزش نعمت بر من تا پایان عمرم برسان از تو درخواست میکنم درخواست کسی که بد کرده و ستم روا داشته و درمانده شده و اعتراف به گناه کرده است، و از تو درخواست مى‌کنم که مرا بیامرزی از آنچه از گناهان بر من گذشته، که آنها را نگهبانانت ثبت نموده و بزرگوار فرشتگانت برشمرده‌اند و اینکه خدایا در آنچه از عمرم باقى مانده، تا پایان عمر مرا از گناهان نگاه دارى، اى خدا، اى بخشنده، اى مهربان، بر محمّد و اهل بیت محمّد درود فرست، و هر آنچه از تو خواستم، و در طلب آن به جانب تو رغبت نمودم به من عنایت فرما، به درستى که تو مرا به خواستن فرمان دادی و برایم عهده دار اجابت شدى، اى مهربان‌ترین مهربانان.**