

# سوره مبارکه فجر



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

وَ الْفَجْرِ (1)

وَ لِيَالِ عَشْرِ (2)

وَ الشَّفْعِ وَ الْوَتْرِ (3)

وَ اللَّيْلِ إِذَا يَسِر (4)

هَلْ فِي ذَلِكَ قَسَمٌ لِّذِي حِجْرِ (5)

أَلَمْ تَرَ كَيْفَ فَعَلَ رَبُّكَ بِعَادِ (6)

إِرمَ ذَاتِ الْعِمَادِ (7)

الَّتِي لَمْ يُخْلَقْ مِثْلُهَا فِي الْبِلَادِ (8)

وَ ثَمُودَ الَّذِينَ جَابُوا الصَّخْرَ بِالْوَادِ (9)

وَ فِرْعَوْنَ ذِي الْأَوْتَادِ (10)

الَّذِينَ طَعَوْا فِي الْبِلَادِ (11)

فَأَكْثَرُوا فِيهَا الْفُسَادَ (12)

فَصَبَّ عَلَيْهِمُ رَبُّكَ سَوْطَ عَذَابٍ (13)

إِنَّ رَبَّكَ لَبِالْمِرْصَادِ (14)

وَ قَآمًا الْإِنْسَانُ إِذَا مَا ابْتَلَاهُ رَبُّهُ فَأَكْرَمَهُ وَ نَعَّمَهُ فَيَقُولُ رَبِّي أَكْرَمَنِ (15)

قَآمًا إِذَا مَا ابْتَلَاهُ فَقَدَرَ عَلَيْهِ رِزْقَهُ فَيَقُولُ رَبِّي أَهَانَنِ (16)

كَلَّا بَلْ لَا تُكْرِمُونَ الْيَتِيمَ (17)

وَ لَا تَحَاضُونَ عَلَى طَعَامِ الْمَسْكِينِ (18)

وَ تَأْكُلُونَ التَّرَاثَ أَكْلًا لَمًّا (19)

وَ تُحِبُّونَ الْمَالَ حُبًّا جَمًّا (20)

كَلَّا إِذَا دُكَّتِ الْأَرْضُ دَكًّا دَكًّا (21)

وَ جَاءَ رَبُّكَ وَ الْمَلَكُ صَفًّا صَفًّا (22)

وَ جِيءَ يَوْمَئِذٍ بِجَهَنَّمَ يَوْمَئِذٍ يَتَذَكَّرُ الْإِنْسَانُ وَ أُنِّي لَهُ الذِّكْرَى (23)

يَقُولُ يَا لَيْتَنِي قَدَّمْتُ لِحَيَاتِي (24)

فَيَوْمَئِذٍ لَا يُعَذِّبُ عَذَابَهُ أَحَدٌ (25)

وَ لَا يُوثِقُ وَثَاقَهُ أَحَدٌ (26)

يَا أَيُّهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ (27)

ارْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَرْضِيَّةً (28)

فَادْخُلِي فِي عِبَادِي (29) وَ ادْخُلِي جَنَّتِي (30)

تا به حال به این فکر کردید که اگر در دنیای خارج هیچ ترمزی وجود نداشت  
چه اتفاقی می افتاد؟

- وسایل نقلیه بدون ترمز
- وسایل الکترونیکی بدون کنترل
- وسایل صنعتی بدون امکان خاموش شدن
- .....



آیا به نظر شما آدم‌ها هم ترمز دارند؟

جامعه‌ای رو تصور کنید که در آن آدم‌های بدون ترمز زندگی می‌کنند:

- دوست دارند گاز بدهند؛ **بی‌ترمزا**
- دوست دارند راحت باشند؛ **بی‌ترمزا**
- دوست دارند به آن‌ها فوش گذرد؛ **بی‌ترمزا**
- دوست دارند جواب هر حرفی را بدهند؛ **بی‌ترمزا**
- دوست دارند همه چیز برایشان فراهم باشد؛ **بی‌ترمزا**
- دوست دارند هر طور که دوست دارند تصمیم بگیرند؛ **بی‌ترمزا**
- .....



معمولا به آدم‌هایی که ترمز دارند و رفتارهای خودشون رو کنترل می‌کنند می‌گیم:

## انسان‌های عاقل

رفتار انسان غیرعاقل	رفتار انسان عاقل
	پشم
	گوش
	دست
	پا





انسان عاقل برای همه  
اعضا و جوارح و رفتارهای  
خودش خط قرمز دارد و  
هیچگاه از خط قرمزهای  
خود عبور نمی کند.



## سوره فجر به انسان‌های عاقل می‌که: **ذی حجر**

مهر به معنی عقل است و ذی مهر یعنی صاحب عقل و فرد؛ کسی که برای کارها و رفتارهایش مرد و مردود تعریف می‌کند و سنگ‌چین می‌داند.

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ      به نام خداوند بخشنده مهربان.

وَ الْفَجْرِ (1)      سوگند به صبحدم (1).

وَ لَیَالٍ عَشْرٍ (2)      و به شب‌های دهگانه (2).

وَ الشَّعْرِ وَ الْوَتْرِ (3)      و به زوج و فرد (3).

وَ اللَّیْلِ إِذَا یَسْرِ (4)      و به شب وقتی که پشت می‌کند (4).

هَلْ فِیْ ذٰلِكَ قَسَمٌ لِّذِیْ حِجْرٍ (5)      آیا این سوگندها برای یک خردمند کافی نیست؟ (5).



چگونه انسان می‌تواند ذی‌حجر شود؟

انسان‌های ذی‌حجر چه خصوصیات دارند؟

انسان‌های ذی‌حجر چه عاقبتی دارند؟





آیا ندیدی که رفتار پروردگارت با قوم عاد چگونه بود؟ (6).

همان قوم ارم، شهری که بناهای ستوندار داشت (7).

و نظیرش در هیچ سرزمینی ساخته نشده بود (8).

و با قوم ثمود که صخره‌های بیابان را می‌بریدند (9).

و با فرعون که مردم را چار میخ می‌کرد (10).

اینها اقوامی بودند که در بلاد طغیان کردند (11).

و در نتیجه طغیان خود، فساد را در بلاد بگستردند (12).

پس پروردگارت تازیانه عذاب را بر سر آنها فرود آورد (13)

آری پروردگار تو همواره در کمین است (14).

أَلَمْ تَرَ كَيْفَ فَعَلَ رَبُّكَ بِعَادِ (6)

إِرْمَ ذَاتِ الْعِمَادِ (7)

الَّتِي لَمْ يُخْلَقْ مِثْلُهَا فِي الْبِلَادِ (8)

وَ ثَمُودَ الَّذِينَ جَابُوا الصَّخْرَ بِالْوَادِ (9)

وَ فِرْعَوْنَ ذِي الْأَوْتَادِ (10)

الَّذِينَ طَغَوْا فِي الْبِلَادِ (11)

فَأَكْثَرُوا فِيهَا الْفُسَادَ (12)

فَصَبَّ عَلَيْهِمْ رَبُّكَ سَوْطَ عَذَابٍ (13)

إِنَّ رَبَّكَ لَبِالْمِرْصَادِ (14)



یکی از راه‌های ذی‌حجر شدن

## مشاهده کردن و یاد گرفتن و عبرت آموزی

آیا ندیدی پروردگارت چه کرد با:

قوم عاد ← شهرهایی با قصرهای باشکوه

قوم ثمود ← خانه‌هایی در دل صخره‌ها

فرعون ← اهرام باعظمت همچون میخ

طغیان  
و  
فساد

عذاب ربّ



أَلَمْ تَرَ كَيْفَ فَعَلَ رَبُّكَ بِعَادٍ (6)

فَصَبَّ عَلَيْهِمْ رَبُّكَ سَوْطَ عَذَابٍ (13)

إِنَّ رَبَّكَ لَبِالْمِرْصَادِ (۱۴)

مرصاد: آماده شدن و انتظار کشیدن برای چیزی (در کمین نشستن)  
رصدخانه هم از همین ریشه است

این آیه هم تهدید است و هم فرصت



✓ سفر به گذشته های دور و دیدن اقوام طغیانگر، به ما کمک می کند عاقبت نافرمانی از خدا را که پیزی جز عذاب نیست به خوبی بفهمیم.

✓ فرمان های خداوند قانون جاری زندگی است، و نافرمانی او بی توجیهی به این قانون هاست.

✓ دیدن نبات نیافتن اقوام مفسد و طغیانگر با وجود قدرتی که داشتند، به ما کمک می کند بفهمیم قدرت انسان هر قدر هم باشکوه باشد، در برابر عظمت خداوند شکست می خورد.

✓ یادمان باشد خدا مراقب همه چیز هست و پیزی از نگاه خداوند پنهان نیست و همه عالم به خواست و اراده خداوند قدرتمند اداره می شود.

✓ خداوندی که همه چیز را رصد می کند، هم کارهای خیر ما را رصد می کند و هم طغیان و فساد ما را، چه پنهانی انجام دهیم چه آشکارا.

✓ ...



- فَأَمَّا الْإِنْسَانُ إِذَا مَا ابْتَلَاهُ رَبُّهُ فَأَكْرَمَهُ وَ نَعَّمَهُ فَيَقُولُ رَبِّي أَكْرَمَنِ (15)
- اما انسان چنین طبعی دارد که وقتی پروردگارش امتحانش کند و در محیط زندگیش
- ارجمندش کند و نعمتش بدهد گوید: پروردگارم ارجمندم کرده است (15).
- و اما چون امتحانش کند و روزی او را تنگ سازد گوید: پروردگارم خوارم کرده است
- هرگز چنین نیست، شما برای یتیم حرمتی قائل نیستید! (17).
- و یکدیگر را بر اطعام مسکین تشویق نمی کنید (18).
- و ارث یتیم را می بلعید (19).
- و مال را به مقدار افراط دوست می دارید (20).
- نه، در روزی که زمین متلاشی شود (21).
- و ملائکه صف به صف امر پروردگارت را بیاورند (22).
- و جهنم را حاضر سازند (مال) دردی از شما را دوا نمی کند، در آن روز انسان همه
- چیز را می فهمد اما چه وقت فهمیدن است؟! (23).
- می گوید ای کاش برای امروز چیزی از پیش فرستاده بودم (24).
- آری عذاب آن روز آن چنان سخت است که هیچ کس دشمن
- خود را به چنان عذابی شکنجه نکرده (25).
- و کننده و زنجیر آن را به پای کسی نبسته (26).
- وَأَمَّا إِذَا مَا ابْتَلَاهُ فَقَدَرَ عَلَيْهِ رِزْقَهُ فَيَقُولُ رَبِّي أَهَانَنِ (16)
- كَلَّا بَلْ لَا تَكْرُمُونَ الْيَتِيمَ (17)
- وَلَا تَحَاضُونَ عَلَىٰ طَعَامِ الْمَسْكِينِ (18)
- وَتَأْكُلُونَ التُّرَاثَ أَكْلًا لَمًّا (19)
- وَتُحِبُّونَ الْمَالَ حُبًّا جَمًّا (20)
- كَلَّا إِذَا دُكَّتِ الْأَرْضُ دَكًّا دَكًّا (21)
- وَجَاءَ رَبُّكَ وَالْمَلَكُ صَفًّا صَفًّا (22)
- وَجِيءَ يَوْمَئِذٍ بِجَهَنَّمَ يَوْمَئِذٍ يَتَذَكَّرُ الْإِنْسَانُ وَ أَنَّىٰ لَهُ الذِّكْرَى (23)
- يَقُولُ يَا لَيْتَنِي قَدَّمْتُ لِحَيَاتِي (24)
- فَيَوْمَئِذٍ لَا يُعَذِّبُ عَذَابَهُ أَحَدٌ (25)
- وَ لَا يُوثِقُ وَثَاقَهُ أَحَدٌ (26)



مسیری را تصور کنید که هیچ مانعی در آن نیست  
بازی‌ای که برنده و بازنده ندارد  
زندگی که هیچ هیجان و حادثه‌ی خوب و بدی ندارد  
دریایی که موج و طوفان ندارد  
قله‌کوهی که صفره ندارد

....

شیرینی بدون پشیدن طعم تلفی معنایی ندارد و آسایش و راحتی با وجود  
سفتی قابل درک است و نعمت در کنار محدودیت.



فَأَمَّا الْإِنْسَانُ إِذَا مَا ابْتَلَاهُ رَبُّهُ فَأَكْرَمَهُ وَ نَعَّمَهُ فَيَقُولُ رَبِّي أَكْرَمَنِ (15)

وَ أَمَّا إِذَا مَا ابْتَلَاهُ فَقَدَرَ عَلَيْهِ رِزْقَهُ فَيَقُولُ رَبِّي أَهَانَنِ (16)

**رب:** سوق دادن چیزی به سوی کمال و برطرف کردن نقایص آن.  
**ابتلا:** ایجاد تحول و تغییر برای به دست آوردن نتیجه مورد نظر.

آزمون خدای تعالی از بندگان گاهی با شادی و سرور است تا سپاس گزارند و شکر کنند و گاهی نیز با ضررها و زیانهاست تا پایداری و صبر پیشه کنند.

آزمایش الهی گاه با نعمت است، و گاه با انواع بلا، نه روی آوردن نعمت باید مایه غرور گردد، و نه بلاها مایه یاس و نومیدی، ولی این انسان کم ظرفیت در هر دو حال هدف آزمایش که به دست آوردن رضایت الهی است را فراموش می‌کند.



كَلَّا بَلْ لَا تُكْرِمُونَ الْيَتِيمَ (17)

وَلَا تَحَاضُونَ عَلَىٰ طَعَامِ الْمَسْكِينِ (18)

وَتَأْكُلُونَ التَّرَاثَ أَكْلًا لَمًّا (19)

وَتُحِبُّونَ الْمَالَ حُبًّا جَمًّا (20)

هرگز چنین نیست، شما برای یتیم حرمتی قائل نیستید! (17).

و یکدیگر را بر اطعام مسکین تشویق نمی‌کنید (18).

و ارث یتیم را می‌بلعید (19).

و مال را به مقدار افراط دوست می‌دارید (20).

نه ارجمندی نشانه گرامی بودن آدمی نزد خداست و نه فقر نشانه خوار است، بلکه هر دو امتحان است تا معلوم شود چقدر مال را دوست می‌دارید که حاضر نیستید کسی را که یتیم است و یا از پول و مال دنیا بی بهره است احترام و دستگیری کنید. و وقتی به پولی می‌رسید با حرص و طمع به جمع آوری آن مشغول می‌شوید.





كَلَّا إِذَا دُكَّتِ الْأَرْضُ دَكًّا دَكًّا (21)

وَ جَاءَ رَبُّكَ وَ الْمَلَكُ صَفًّا صَفًّا (22)

وَ جِيءَ يَوْمَئِذٍ بِجَهَنَّمَ يَوْمَئِذٍ يَتَذَكَّرُ الْإِنْسَانُ وَ أُنَى لَهُ الذِّكْرَى (23)

يَقُولُ يَا لَيْتَنِي قَدَّمْتُ لِحَيَاتِي (24)

فَيَوْمَئِذٍ لَا يُعَدِّبُ عَذَابَهُ أَحَدٌ (25)

وَ لَا يُوثِقُ وَثَاقَهُ أَحَدٌ (26)

**دک:** کوبیدن و از هم پاشیدن

**قدم:** آنچه را پیش فرستاده

**یوثق:** به بند کشیدن



□ هنگامی که انسان طغیانگر صحنه قیامت را می بیند تکان می خورد و بیدار می شود، هاله ای از غم و اندوه وجودش را می پوشاند، نگاهی به گذشته خویش می کند، و از اعمال خود سفت پشیمان می شود اما این پشیمانی هیچ سودی ندارد.

□ انسان آرزو می کند بازگردد و گذشته تاریک را جبران کند، اما درهای بازگشت به کلی بسته است. می خواهد توبه کند اما زمان توبه سپری شده است. می خواهد اعمال صالحی بیاورد تا اعمال سوئش را تلافی کند اما پرونده اعمال بسته شده.

□ اینجا است که فریادش بلند می شود " می گوید: ای کاش اعمال صالحی برای زندگی فرستاده بودم!" (يَقُولُ يَا لَيْتَنِي قَدَّمْتُ لِحَيَاتِي).

□ آنها که اموال یتیمان را به غارت بردند، لقمه ای در دهان کمرسنگان نگذاشتند، اموال ارث را از این و آن غارت کردند و محبت اموال دنیا تمام قلوبشان را تسفیر کرده بود، در آن روز آرزو می کنند که ای کاش چیزی برای حیات واقعی خود از پیش فرستاده بودند، ولی این آرزویی است بی نتیجه که هرگز بجایی نمی رسد.



تو ای جان با ایمان (27).

يَا أَيَّتُهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ (27)

خشنود و پسندیده به سوی پروردگارت باز گرد (28).

ارْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَّرْضِيَّةً (28)

و به صف بندگان من درآی (29).

فَادْخُلِي فِي عِبَادِي (29)

و به بهشت من داخل شو (30).

وَادْخُلِي جَنَّاتِي (30)

## با توجه به مضامین سوره نفس مطمئنه نفسی است که.....

- ✓ دنیا را يك گذرا می‌بیند و داشتن و نداشتن و نفع و ضرر آن را امتحانی الهی می‌داند.
- ✓ اگر غرق در نعمت دنیایی شود، به طغیان و گسترش دادن به فساد و به علو و استکبار، وادار نمی‌شود.
- ✓ اگر دچار فقر و فقدان گردد این تهی دستی و ناملازمات او را به کفر و ناشکری وانمی‌دارد.
- ✓ در عبودیت پای‌برجا است و از صراط مستقیم منحرف نمی‌شود.
- ✓ هم او از خدا راضی است هم خدا از او. زیرا وقتی بنده از خدا راضی باشد، خدای تعالی هم از او راضی خواهد بود، چون هیچ عاملی به جز خروج از بندگی خدا را به خشم نمی‌آورد.



## برای بهشتی شدن و برای اینکه صاحب نفس مطمئنه شویم سوره چه راهکاری به ما می‌دهد؟

- ✓ همانند انسان های ذی حجر ببینیم در هر شرایطی چه حدودی را باید رعایت کنیم.
- ✓ مسیر رضایت از خود و رضایت از خدا و محبوب خدا شدن را پیدا کنیم.
- ✓ بدانیم خدا در هر لحظه ما را رصد می کند.
- ✓ وقتی در راه درست حرکت می کنیم نگران اتفاقات سخت و آسان مسیر نباشیم، چون همه این اتفاقات برای تقویت و رشد ما قرار داده شده است.
- ✓ ما نیامده ایم که در دنیا بمانیم، پس عقربه کارهایمان را به سمت برگشت به سمت خدا تنظیم کنیم.
- ✓ نفع حقیقی ما در داخل شدن در بهشت است نه داشتن امکانات مادی فراوان.
- ✓ زیان حقیقی ما در دخول در جهنم است نه در فقر و بیماری و گرفتاری های دنیوی.
- ✓ مهم این است که ما به خواست خدا و آنچه برایمان مقدر کرده راضی باشیم و با رضایت و صبر برای خواسته هایمان تلاش کنیم نه با عجله و ناراحتی.

