



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ وَ بِهِ نَسْتَعِينُ إِنَّهُ خَيْرُ نَاصِرٍ وَ مَعِينٍ الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ وَ صَلَّى اللَّهُ عَلَى مُحَمَّدٍ وَ عَلِيٍّ وَ آلِهِمَا الطَّيِّبِينَ الطَّاهِرِينَ وَ لَعْنَةُ اللَّهِ عَلَى أَعْدَائِهِمْ أَجْمَعِينَ أَبَدَ الْأَبَدِينَ

# بعد از رکوع و در سجود

**سؤال:** در مورد آداب و اذکار مرحله پس از رکوع و نیز سجده ها در نماز توضیحی بفرمایید.

**جواب:**

(۱) - در میان بسیاری از عامه مردم دیده می شود که: پس از رکوع فوراً می روند به سجده، بلکه حتی در نماز جماعت؛ هنوز امام جماعت به سجده نرفته، آنها زودتر به سجده رفته اند، که این کار درستی نبوده، بلکه مستحب است؛ نمازگزار بعد از رکوع بایستد، و کمی صبر کند، و ادعیه مربوطه را بخواند، و پس از آنها به سجده رود.

(۲) - از دعاهایی که بعد از رکوع خوانده می شود، چند نمونه را نقل می کنیم:

\* سَمِعَ اللَّهُ لِمَنْ حَمِدَهُ \*<sup>۱</sup>

\* الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ \* الرَّحْمَانِ الرَّحِيمِ \* اللَّهُمَّ رَبَّنَا لَكَ الْحَمْدُ \*<sup>۲</sup>

\* الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ \* أَهْلِ الْجُودِ وَ الْجَبْرُوتِ \* وَ الْكِبْرِيَاءِ وَ الْعِظَمَةِ \* وَ الْجَلَالِ وَ الْقُدْرَةِ \* الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ \*  
لا شَرِيكَ لَهُ وَ بِذَلِكَ أُمِرْتُ \* اللَّهُمَّ لَكَ الْحَمْدُ مِلاً سَمَاوَاتِكَ وَ مِلاً أَرْضِكَ \* وَ مِلاً مَا بَيْنَهُمَا \* وَ مِلاً مَا شِئْتَ مِنْ شَيْءٍ  
بَعْدَهُ \*<sup>۳</sup>

\* الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ \* أَهْلِ الْمَجْدِ وَ الثَّنَاءِ \* اللَّهُمَّ لا مَانِعَ لِمَا أَعْطَيْتَ \* وَ لا مُعْطِيَّ لِمَا مَنَعْتَ \* وَ لا يَنْفَعُ ذَا الْجَدِّ  
مِنْكَ الْجِدُّ \*<sup>۴</sup>

(۳) - در سجود هم دعاهای بسیاری وارد شده،<sup>۵</sup> که تنها چند نمونه را نقل می کنیم، و از آنچه ذکر می شود، هر کس به هر

مقداری که حالش اقتضا می کند می تواند بهره مند شود:

\* اللَّهُمَّ لَكَ سَجَدْتُ \* وَ بِكَ آمَنْتُ \* وَ لَكَ أَسْلَمْتُ \* وَ عَلَيْكَ تَوَكَّلْتُ \* أَنْتَ رَبِّي \* سَجَدَ لَكَ سَوَادِي وَ بِيَاضِي وَ

خَيَالِي وَ سَمْعِي وَ بَصْرِي وَ شَعْرِي وَ عَصَبِي وَ مُخِّي وَ عِظَامِي \* سَجَدَ وَجْهِي الْبَالِي الْفَانِي \* لِلَّذِي خَلَقَهُ وَ صَوَّرَهُ وَ شَقَّ سَمْعَهُ وَ بَصَرَهُ \* تَبَارَكَ اللَّهُ أَحْسَنُ الْخَالِقِينَ \*<sup>٦</sup>

\* يَا مَنْ عَلَا فَلَا شَيْءَ فَوْقَهُ \* وَ يَا مَنْ دَنَى فَلَا شَيْءَ دُونَهُ \* إِغْفِرْ لِي وَ لِأَصْحَابِي \*<sup>٧</sup>

\* اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ أَنْ تَبْتَلِيَنِي بِبَلِيَّةٍ تَدْعُونِي ضُرُورُهَا إِلَيَّ أَنْ أَتَعَرَّضَ لِمَعْصِيَةٍ مِنْ مَعْاصِيكَ \* وَ أَعُوذُ بِكَ أَنْ تَبْتَلِيَنِي بِبَلِيَّةٍ تَدْعُونِي ضُرُورُهَا إِلَيَّ عَلَى أَنْ أَتَعَوَّثَ بِأَحَدٍ مِنْ خَلْقِكَ \* اللَّهُمَّ وَ لَا تَجْعَلْ (بِي) لِي حَاجَةً إِلَى أَحَدٍ مِنْ شِرَارِ خَلْقِكَ وَ لِنَائِمِهِمْ \* وَ إِنْ جَعَلْتَ لِي (بِي) حَاجَةً إِلَى أَحَدٍ مِنْ خَلْقِكَ \* فَاجْعَلْهَا إِلَيَّ أَحْسَنِهِمْ وَجْهًا وَ خَلْقًا وَ خُلُقًا \* وَ أَطْيِبِهِمْ وَ أَسْخَاهُمْ بِهَا نَفْسًا \* وَ أَطْلِقِهِمْ بِهَا لِسَانًا \* وَ أَسْمَحِهِمْ لَهَا كَفًّا \* وَ أَقْلِهِمْ بِهَا عَلِيًّا إِمْتِنَانًا \*<sup>٨</sup>

\* اللَّهُمَّ إِنَّ ظَنَّ النَّاسِ بِي حَسَنٌ \* فَاعْفِرْ لِي مَا لَا يَعْلَمُونَ \* وَ لَا تُؤَاخِذْنِي بِمَا يَقُولُونَ \* وَ أَنْتَ عَلَامُ الْغُيُوبِ \*<sup>٩</sup>  
\* يَا ثِقَتِي وَ رَجَائِي فِي شِدَّتِي وَ رَخَائِي \* صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَ آلِ مُحَمَّدٍ \* وَ الطُّفْ بِي فِي جَمِيعِ أَحْوَالِي \* فَإِنَّكَ تَلْطُفُ لِمَنْ تَشَاءُ \* وَ الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ \* وَ صَلَّى اللَّهُ عَلَى مُحَمَّدٍ النَّبِيِّ وَ أَهْلِ بَيْتِهِ الطَّيِّبِينَ الطَّاهِرِينَ \* وَ سَلَّمَ تَسْلِيمًا كَثِيرًا \*<sup>١٠</sup>

\* لَكَ الْحَمْدُ إِنْ أَطَعْتُكَ \* وَ لَا حُجَّةَ لِي إِنْ عَصَيْتُكَ \* وَ لَا صُنْعَ لِي وَ لَا لِعِغْرِي فِي إِحْسَانِكَ \* وَ لَا عُذْرَ لِي إِنْ أَسَأْتُ \*  
مَا أَصَابَنِي مِنْ حَسَنَةٍ فَمِنْكَ \* يَا كَرِيمَ إِغْفِرْ لِي وَ لِمَنْ فِي مَشَارِقِ الْأَرْضِ وَ مَغَارِبِهَا مِنْ الْمُؤْمِنِينَ وَ الْمُؤْمِنَاتِ \*<sup>١١</sup>  
از حضرت امام باقر (صلوات الله عليه) روایت شده كه:

در سجده اول می گفتند:

\* أَسْأَلُكَ بِحَقِّ حَبِيبِكَ مُحَمَّدٍ (صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَ آلِهِ) \* إِلَّا بَدَّلْتَ سَيِّئَاتِي حَسَنَاتٍ \* وَ حَاسَبْتَنِي حِسَابًا يَسِيرًا \*  
و در سجده دوم:

\* أَسْأَلُكَ بِحَقِّ حَبِيبِكَ مُحَمَّدٍ (صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَ آلِهِ) \* إِلَّا كَفَيْتَنِي مَوْوَنَةَ الدُّنْيَا وَ كُلَّ هَوْلٍ دُونَ الْجَنَّةِ \*  
و در سجده سوم كه در ركعت دوم است:

\* أَسْأَلُكَ بِحَقِّ حَبِيبِكَ مُحَمَّدٍ (صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَ آلِهِ) \* لَمَّا غَفَرْتَ لِي الْكَثِيرَ مِنَ الذُّنُوبِ وَ الْقَلِيلَ \* وَ قَبِلْتَ مِنِّي عَمَلِيَّ الْيَسِيرَ \*  
و در سجده چهارم كه در ركعت دوم است:

\* أَسْأَلُكَ بِحَقِّ حَبِيبِكَ مُحَمَّدٍ (صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَ آلِهِ) \* لَمَّا أَدْخَلْتَنِي الْجَنَّةَ وَ جَعَلْتَنِي مِنْ سُكَّانِهَا \* وَ لَمَّا جَنَّبْتَنِي مِنْ سَفَعَاتِ النَّارِ بِرَحْمَتِكَ \* وَ صَلَّى اللَّهُ عَلَى مُحَمَّدٍ وَ آلِهِ \*<sup>١٢</sup>

(۴) - بین هر دو سجده استغفار و همچنین این دعا وارد شده است:

\* اللَّهُمَّ اغْفِرْ عَنِّي وَ اغْفِرْ لِي وَ ارْحَمْنِي وَ اجْبُرْنِي وَ اجْرِنِي وَ اهْدِنِي وَ عَافِنِي وَ اعْفُ عَنِّي \* إِنِّي لِمَا أَنْزَلْتَ إِلَيَّ مِنْ خَيْرٍ فَقِيرٌ \* ۱۳

(۵) - مهمترین ادب رکوع و سجود: التفات به عظمت و جلالت حق تعالی است، آنچنان که از توجه به این عظمت و جلالت؛ حالت رکوع و سجود به او دست داده، و رکوع و سجود را بجای آورد، نه اینکه همچون برنامه ای تشریفاتی بجای آورد؛ که خود را موظف به انجام آن می بیند، و منتظر است چه وقتی می تواند سر بردارد!

(۱) وسائل الشیعة - ج ۶ ص ۲۲۲

(۲) جامع أحادیث الشیعة - ج ۵ ص ۴۲۹

(۳) جامع أحادیث الشیعة - ج ۵ ص ۴۲۹

(۴) جامع أحادیث الشیعة - ج ۵ ص ۴۲۹

(۵) کتب حدیث فقه اهل بیت علیهم السلام مبحث صلاة، أبواب رکوع وسجود.

(۶) جامع أحادیث الشیعة - ج ۵ ص ۴۴۴ ح ۱۶

(۷) جامع أحادیث الشیعة - ج ۵ ص ۴۵۰ ح ۲۷

(۸) جامع أحادیث الشیعة - ج ۵ ص ۴۴۹ ح ۳۳

(۹) جامع أحادیث الشیعة - ج ۵ ص ۴۵۰ ح ۳۶

(۱۰) جامع أحادیث الشیعة - ج ۵ ص ۴۵۰ ح ۳۶

(۱۱) جامع أحادیث الشیعة - ج ۵ ص ۴۵۱ ح ۲۸

(۱۲) جامع أحادیث الشیعة - ج ۵ ص ۴۴۹ ح ۳۵

(۱۳) جامع أحادیث الشیعة - ج ۵ ص ۴۵۲ ح ۴۲ و ص ۵۲۰ ح ۱ / وسائل الشیعة - ج ۵ ص ۴۶۱ ح ۳

و الحمد لله رب العالمین