**توصیه های مقام معظم رهبری در ماه رمضان**

**تلاوت قرآن همراه با تأمل**

دوستان سعی کنند در همه اوقات – به خصوص در ماه رمضان – تلاوت قرآن را از یاد نبرند. قرآن نباید از زندگی‌تان حذف شود.  
تلاوت قرآن را حتماً داشته باشید؛ هر چه ممکن است. تلاوت قرآن هم، با تأمل و تدبر اثر می‌بخشد. تلاوت عجله‌یی که همین طور انسان بخواند و برود و معانی را هم نفهمد یا درست نفهمد، مطلوب از تلاوت قرآن نیست؛ نه این که بی فایده باشد – بالأخره انسان همین که توجه دارد این کلام خداست، نفس این یک تعلق و یک رشته ارتباطی است و خود همین هم مغتنم است و نباید کسی را از این طور قرآن خواندن منع کرد. لیکن تلاوت قرآنی که مطلوب و مرغوب مأمورٌبه است، نیست. تلاوت قرآنی مطلوب است که انسان با تدبر بخواند و کلمات الهی را بفهمد، که به نظر ما می‌شود فهمید. اگر انسان لغت عربی را بلد باشد و آن چه را هم که بلد نیست، به ترجمه مراجعه کند و در همان تدبر کند؛ دو بار، سه بار، پنج بار که بخواند، انسان فهم و انشراح ذهنی نسبت به مضمون آیه پیدا می‌کند که با بیان دیگری حاصل نمی‌شود؛ بیشتر با تدبر حاصل می‌شود؛ این را تجربه کنید. لذا انسان بار اول وقتی مثلاً ده آیه مرتبط به هم را می‌خواند، یک احساس و یک اشتباه دارد؛ بار دوم، پنجم، دهم که همین را با توجه می‌خواند، انتباه(توجه) دیگری دارد؛ یعنی انسان انشراح ذهن پیدا می‌کند. هر چه انسان بیشتر انس و غور پیدا کند، بیشتر می‌فهمد؛ و ما به این احتیاج داریم.  
منبع: بیانات مقام معظم رهبری در دیدار اعضای هیات دولت، ۱۷/۰۷/۱۳۸۴٫

**ضیافت خاصان پروردگار**  
شروع ماه مبارک رمضان، در حقیقت عید بزرگی برای مسلمانان است و جا دارد که مَؤمنین، ورود این ماه را به هم تبریک بگویند و یکدیگر را به استفاده هر چه بیشتر از این ماه توصیه کنند. چون ماه ضیافت الهی است، در این ماه فقط مؤمنین و کسانی که اهل ورود در این ضیافتند، بر سر سفره پروردگار منّان و کریم می‌نشینند. این، غیر از سفره عام کرم الهی است که همه انسان‌ها، بلکه همه موجودات عالم از آن بهره‌مندند؛ این سفره خواص و ضیافت خاصان پروردگار است.

منبع: آیة الله خامنه‌ای، خطبه‌های نماز جمعه تهران ۱۰/۰۱/۱۳۶۹  
**درهای آسمان، درهای بهشت**  
در روایت داریم که درهای آسمان در ماه رمضان گشوده است؛ یعنی رابطه قلبی انسان با خدا در این ماه آسان‌تر از همیشه است. در روایت داریم که درهای بهشت در ماه رمضان گشوده است؛ یعنی به برکت روزه و توجه و خشوعی که لازمه روزه است، فرصت و توفیق کار نیک برای انسان وجود دارد. البته فرصت به معنای تحقق آنچه انسان از آن فرصت جستجو می‌کند، نیست؛ اراده و دنبال‌گیری و خواست و حرکت ما را لازم دارد. در هر حال این فرصت وجود دارد و ما می‌توانیم از آن بهره ببریم و استفاده کنیم.

منبع: آیة الله خامنه‌ای، بیانات در دیدار کارگزاران نظام، ۲۰/۰۸/۱۳۸۱٫  
**قطعه‌ای از بهشت**  
ماه رمضان در هر سال، قطعه‌ای از بهشت است که خدا در جهنم سوزان دنیای مادی ما، آن را وارد می‌کند و به ما فرصت می‌دهد که خودمان را بر سر این سفره الهی در این ماه، وارد بهشت کنیم. بعضی همان سی روز را وارد بهشت می‌شوند. بعضی به برکت آن سی روز، همه سال را و بعضی همه عمر را. بعضی هم از کنار آن، غافل عبور می‌کنند که مایه تأسف و خسران است. حالا برای خودشان که هیچ، هر کس که ببیند این موجود انسانی، با این همه استعداد و توانایی عروج و تکامل، از چنین سفره با عظمتی استفاده نکند، حق دارد که متأسف شود. این ماه رمضان است. ماه ضیافت الله است. ماه لیلة القدر است.

منبع: بیانات مقام معظم رهبری در دیدار روحانیان و مبلغان اعزامی به مناسبت فرارسیدن ماه مبارک رمضان، ۱۷/۱۱/۱۳۷۲٫  
**رمضان؛ ماه همواری راه**  
ما در طول سال و در مسیر طولانی حرکت خودمان در چالش با هواهای نفسانی، با گناهان، با فضاهای تاریکی که خودمان به دست خودمان به وجود می‌آوریم، با مشکلاتی مواجه می‌شویم. گاهی انسان برای این که حال دعا پیدا کند، مشکل دارد؛ گاهی برای این که قطره اشکی بفشاند، مشکل دارد؛ چون راه دشوار است، به وسیله خلاف‌ها و گناه‌های خود احاطه می‌شویم؛ اما قطعه ماه رمضان، آن قطعه‌یی است که حرکت در آن قطعه آسان است؛ مثل این است که در این راه دشواری که می‌خواهید به محلی یا به شهری برسید، گاهی مجبورید پیاده راه را طی کنید؛ گاهی مجبورید از آب بگذرید؛

گاهی انسان برای این که حال دعا پیدا کند، مشکل دارد؛ گاهی برای این که قطره اشکی بفشاند، مشکل دارد؛ چون راه دشوار است، به وسیله خلاف‌ها و گناه‌های خود احاطه می‌شویم؛ اما قطعه ماه رمضان، آن قطعه‌یی است که حرکت در آن قطعه آسان است. گاهی مجبورید از باتلاق بگذرید؛ یک جا هم می‌رسید به فرودگاهی که هواپیمای مجهزی آماده است تا شما را بی دردسر و با خیال راحت و پس از طی مسیر طولانی به مقصد برساند. آغاز ماه رمضان، رسیدن به همین فرودگاه است. خدای متعال راه را در ماه رمضان هموار کرده است و فضا را در ماه رمضان، فضای خالی از معارض قرار داده است. این روزه‌یی که شما می‌گیرید، نفس و هواهای نفسانی را به زنجیر می‌کشد؛ این عبادت‌ها، این دعاها، این خشوع‌ها، این ذکرها و این لیلة القدر همان وسایل همواری است که شما را فرسنگ‌ها جلو می‌برد؛ راهی را که در طول سال و در ماه‌های دیگر گاهی یک متر یک متر باید طی کنیم، می‌توانیم اگر همت کنیم و اگر خودمان را برسانیم، در ماه رمضان این راه را فرسنگ فرسنگ طی کنیم؛ لذاست که شما می‌بینید اولیای خدا از مژده رسیدن ماه رمضان خرسند می‌شدند و از فراق ماه رمضان اشک‌هایشان سرازیر می‌شد.  
منبع: بیانات آیة‌الله خامنه ای ، در خطبه‌های نماز عید سعید فطر، ۲۴/۰۸/۱۳۸۳٫  
**عروج و اعتلای روح**  
مسأله اساسی در باب ماه رمضان، این است که بشر – که در میان انواع عوامل و موجبات غفلت از خدا و از راه او، محاصره شده و انگیزه‌های گوناگون، او را به سمت پایین و تنزل و سقوط می‌کشاند – فرصتی پیدا کند که در آن بتواند روح را – که روح انسان و باطن بشر، به عروج و اعتلا تمایل دارد – به سمت عروج و اعتلا سوق دهد و به خدا تقرب جوید و به اخلاق الهی، تخلق پیدا کند. ماه رمضان، چنین فرصتی است.

منبع: سخنرانی آیة الله خامنه‌ای در دیدار با اقشار مختلف مردم(روز یازدهم ماه رمضان) ۱۸/۰۱/۱۳۶۹٫  
**محروم واقعی**  
این، چیز کمی نیست که رسول اکرم (صلی الله علیه وآله) این ماه [رمضان] را ماه ضیافت الهی به حساب بیاورند. مگر ممکن است که انسان وارد سفره کریم بشود و از آن جا، محروم خارج بشود؟ مگر وارد نشوی. آن کسانی که وارد سفره غفران و رضوان و ضیافت الهی در این ماه نشوند، البته بی بهره خواهند ماند و واقعاً این محرومیت به معنای حقیقی است. «ان الشقی من حرم غفران الله فی هذا الشهر العظیم». (عیون اخبار الرضا، ج۱، ص۲۳۰) محروم واقعی، آن کسی است که نتواند در ماه رمضان، غفران الهی را به دست بیاورد.

منبع: سخنرانی مقام معظم رهبری در دیدار با مسئولان و کارگزاران نظام جمهوری اسلامی، به مناسبت عید سعید فطر، ۰۷/۰۲/۱۳۶۹٫  
**نوافل را بخوانید**  
این نوافل سی و چهار رکعتی که برای نمازهای روز و شب وارد شده است، بسیار با ارزش است. ماه رمضان فرصت خوبی است. ما غالباً اهل نوافل نیستیم. ولی ماه رمضان که می‌شود، چه مانعی دارد؟ کدام کار با دهان روزه، بهتر از نماز خواندن؟ چهار رکعت نماز ظهر است، قبل از این چهار رکعت، هشت رکعت نافله دارد؛ چهار دو رکعتی. چهار رکعت نماز عصر است و قبل از این چهار رکعت، هشت رکعت نافله نماز عصر است. این نوافل را بخوانید. همچنین نوافل مغرب را که از اینها مهم‌تر است؛ و نیز نوافل شب که یازده رکعت است. همچنین نافله صبح که دو رکعت است. کسانی هستند که در ایام معمولی سال، برایشان مشکل است پیش از اذان صبح برای نماز شب بیدار شوند. ولی در این شب‌ها، به طور قهری و طبیعی بیدار می‌شوند. این یک توفیق الهی است. چرا از این توفیق استفاده نکنیم؟ ان شاء الله فرصت‌های ماه رمضان را مغتنم بشمارید.

منبع: بیانات مقام معظم رهبری در روز اول ماه مبارک رمضان، ۰۴/۱۲/۱۳۷۱٫  
**راه، نزدیک است**  
ماه رمضان، ماهی است که می‌شود با تذکر و توجه در آن، به جبران کرده‌های ناپسند پرداخت. در «دعای ابو حمزه»، عبارتی بسیار تکان دهنده وجود دارد؛ که آن عبارت، این است: «واعلم انّک للرّاجی بموضع اجابةٍ و للملهوفین بمرصد اغاثةٍ و انّ فی اللّهف الی جودک و الرضا بقضائک عوضاً من منع الباخلین و مندوحةً عمّا فی ایدی المستأثرین و انّ الراحل الیک قریبُ المسافة و انک لا تحتجب عن خلقک الاّ ان تحجبهم الاعمال دونک.»(مفاتیح الجنان، دعای ابوحمزه ثمالی) فرد دعا خوان و ثناگو، عرض می‌کند: «ای خدای من! من امید به تو را بر امید به غیر تو ترجیح دادم. پناه آوردن به تو را جایگزین پناه بردن به دیگران کردم و می‌دانم اگر کسی به سوی تو بیاید، راه نزدیک است… .»

منبع: بیانات آیة‌الله خامنه‌ای در خطبه‌های نماز جمعه تهران، ۱۴/۱۱/۱۳۷۳٫  
**کسانی که همهمه جهنم را نمی‌شنوند**  
امام سجاد (سلام الله علیه) در دعای ابوحمزه – که دعای خیلی با حال و خوبی است - ترس از قیامت را تشریح می‌کنند: «ابکی لخروجی عن قبری عریاناً ذلیلاً حاملاً. ثقلی علی ظهری»؛ امروز می‌گریم برای وقتی که عریان و ذلیل و بار سنگین عمل بر دوشم از قبر بیرون می‌آیم. «انظر مرّةً عن یمینی و اخری عن شمالی اذ الخلائق فی شأن غیر شأنی لکل امرء منهم یومئذ شأن یغنیه وجوه یومئذ مسفرة ضاحکة مستبشرة»؛ یک عده چهره‌هاشان خندان است و خشنود و خوشحال و سربلندند. اینها چه کسانی هستند؟ کسانی هستند که در دنیا از پل صراطی که حقیقت و باطنش در آنجاست و مثال آن در اینجاست، توانسته‌اند رد شوند. این پل صراط، پل عبودیت، پل تقوا و پل پرهیزگاری است؛ «و ان اعبدونی هذا صراط مستقیم»؛ صراط این دنیا، همان صراط روی جهنم است. «انک علی صراط مستقیم» ی که به پیغمبر می‌فرماید، یا «ان اعبدونی هذا صراط مستقیم»، همان صراط روی جهنم است. اگر اینجا ما توانستیم از این صراط، درست، با دقت و بدون لغزش عبور کنیم، گذر از آن صراط آسان‌ترین کار است؛ مثل مؤمنین که مانند برق عبور می‌کنند. «انّ الذین سبقت لهم منا الحسنی اولئک عنها مبعدون لا یسمعون حسیسها»؛ اصلاً اینها همهمه جهنم را هم نمی‌شنوند؛ «و هم فی ما اشتهت انفسهم خالدون لا یحزنهم الفزع الاکبر.» فزع اکبر، یعنی دشوارترین ترسی که ممکن است برای انسان پیش بیاید. مؤمنین با همین ابعاد جسمانی و روحانی و نفسانی، فزع عظیمی که در آنجاست، «لا یحزنهم الفزع الاکبر»؛ اینها را محزون و اندوهگین نمی‌کند؛ اینها از این صراط عبور کرده‌اند.

منبع: بیانات مقام معظم رهبری در دیدار مسئولان نظام، ۰۶/۰۸/۱۳۸۳  
**انس با قرآن**  
این ماه [رمضان]، ماه ضیافت الهی است. پذیرایی خداوند از بندگان خود در این ماه – که یک پذیرایی معنوی است – عبارت است از گشودن درهای رحمت و مغفرت و مضاعف کردن اجر و ثواب اعمال خیری که بندگان در این ماه انجام می‌دهند. روزه ماه رمضان هم یکی از مواد همین ضیافت عظیم الهی است، که مایه تصفیه روح انسان و ایجاد زمینه طهارت قلبی روزه‌دار است.

این ماه [رمضان]، همچنین بهار قرآن است. انس با قرآن، معرفت اسلامی را در ذهن ما قوی‌تر و عمیق‌تر می‌کند. بدبختی جوامع اسلامی، به خاطر دوری از قرآن و حقایق و معارف آن است. آن کسانی از مسلمانان که معانی قرآن را نمی‌فهمند و با آن انس ندارند، وضعشان معلوم است. حتی کسانی هم که زبان قرآن، زبان آنهاست و آن را می‌فهمند، به خاطر عدم تدبر در آیات قرآن، با حقایق قرآنی آشنات نمی‌شوند و انس نمی‌گیرند. می‌بنید که آیه «لن یجعل الله للکافرین علی المؤمنین سبیلا» (سوره نساء، ۱۴۱) – یعنی خداوند مؤمنین را زیر دست و زبون کفار قرار نداده است – در کشورهای عربی و به وسیله مردم عرب زبان در دنیا خوانده می‌شود، اما به آن عمل نمی‌گردد. در آیات قرآن، توجه و تنبه و تدبر [نمی‌کنند]؛ لذا کشورهای اسلامی عقب مانده‌اند.  
منبع: بیانات مقام معظم رهبری در خطبه‌های نماز جمعه تهران، ۲۹/۰۷/۱۳۸۴٫